Brat Ignatius Mary

POMOZITE SAMI SEBI
PA ĆE VAM I BOG POMOĆI

Donji Andrijevci, 2015.

PREDGOVOR

Ljudi često znaju reći: "Pomozi sam sebi pa će ti i Bog pomoći". To je narodna mudrost, a podlogu joj možemo naći i u Svetom pismu. Zapravo se tom izrekom želi reći da vjernik mora učiniti ono što može na putu prema Bogu, tada će lakše iskusiti njegovu pomoć. Nasuprot tome je pasivnost i lijenost. Biblija nas uči: *"Uzaludna je žudnja lijenčine, a ispunit će se želja marljivih"* (Izr 13,4). Marljiv čovjek radi na sebi, donosi dobre odluke i nastoji svoj život uskladiti s Božjom voljom, pomažući tako sebi postaje sposoban pomagati i drugima. Dobre odluke Božja milost uvijek podupire. Bog zapravo uvijek pomaže!

Ova je knjižica uređena prema mrežnoj stranici: *http://www.saintpiocenter.org* koja ima crkveno odobrenje. Izvorni naslov djela je *Seven Steps to Self-Deliverance* (Sedam koraka za samo-oslobođenje). Budući da se glavna poruka knjige sastoji od praktičnih smjernica kako možemo pomoći sami sebi, zato je i dobila naslov koji daje jasniju poruku: "Pomozite sami sebi pa će vam i Bog pomoći". Ovdje nije naglasak na vlastitim snagama, nego na vjerničkoj suradnji s Božjom milošću, koja je neophodna da bismo hodili u zajedništvu s Njim putem duhovne slobode. Tako nas potiče Sv. Jakov: *"Približite se Bogu i on će se približiti vama!"* (Jak 4,8). Cilj dušobrižništva je izvući dušu iz tame u svjetlo, tj. iz vlasti grijeha i Sotone u stanje trajne milosti, kako bi živjela u sretnom i slobodnom zajedništvu s Bogom. Ova knjižica je idealan putokaz u tome pravcu.

Urednik

KAKO MOŽEMO POMOĆI SAMI SEBI KAO KRŠĆANI?

Jedan je stari propovjednik često naglašavao: "Najbolji način da držimo đavla vani jest da čuvamo Isusa unutra." Ove njegove riječi odjek su jasnog naputka iz Svetoga pisma: *"Podložite se dakle Bogu! Oduprite se đavlu i pobjeći će od vas! Približite se Bogu i on će se približiti vama!"* (Jak 4,7-8).

Jedini i najbolji savjet koji se može dati, kako bi se nadvladali ili izliječili postojeći duhovni problemi, isti je koji su sveci davali ljudima kroz stoljeća: živite svetim životom!

Bog nam je dao svoju Crkvu da bi nam pomogao živjeti životom koji je njemu ugodan i kojim ga proslavljamo. Život u Crkvi je naša trajna zaštita! Učestalo primanje sakramenata i čestit vjernički život, temelj je za održanje našeg duhovnog zdravlja.

No, znamo da se zbog naše slobodne volje, i slobodne volje drugih, ponekad nađemo u duhovnim poteškoćama pa čak i u ropstvu. Bog ponekad može dopustiti neprijatelju da nas uznemiruje, iako sami ni na koji način nismo prizvali zlo u svoj život, niti je ono došlo po drugim ljudima. O takvom nam slučaju svjedoči Biblija u knjizi o Jobu, ali Bog takvo što ne dopušta bez svrhe.

Sv. Pavao u svojoj Poslanici Rimljanima kaže:

"Znamo pak da Bog u svemu na dobro surađuje s onima koji ga ljube" (Rim 8,28).

Veliki je izazov svakome od nas živjeti čestitim i svetim životom, i to najbolje što možemo. Potrebno se neprestano ohrabrivati za taj izazov.

Kada se pojave teškoće trebamo ih rješavati približavanjem Bogu. U skladu s tim, prvi korak na tom putu je samopomoć. Zato će vam smjernice u ovoj knjizi ukazati na to kako sami sebi možete pomoći u rješavanju općenitih problema, ali i problema zlodušnog podrijetla, ukoliko postoje u vašem životu.

Ponekad problemi s kojima se susrećete mogu biti preteški i nijedna vam pomoć ne izgleda učinkovitom. Ne shvaćajte to kao poraz. Upamtite: Bog vas voli i stvorio je obitelj (Crkvu) za vas, a članovi obitelji brinu jedni o drugima. Crkva posjeduje neiscrpiv izvor Božjeg Milosrđa u kojemu svatko može naći spasenje, jer Bog *hoće da se svi ljudi spase i dođu do spoznanja istine* (usp. 1 Tim 2,4).

Na koji način osoba može pasti pod utjecaj zla?

Različiti su izvori zlodušnih utjecaja, no uglavnom bi se mogli razvrstati u tri kategorije:

1. Nebriga i nemar da se živi po uzoru na Krista! Kad god se udaljimo od Boga, udaljujemo se i od njegove zaštite. Kao što je rečeno: najbolji način da đavla držimo podalje od naših života jest da svoje živote ispunimo Kristom. Stoga trebamo živjeti svoju vjeru i sazrijevati u njoj životom autentične pobožnosti. Propuštamo li to postajemo podložniji napadima Zloga. Život po vjeri, osim što nas vodi k vječnom spasenju, on je i zaštita od zla. Sv. Petar kaže da *đavao, kao ričući lav obilazi tražeći koga da proždre*, ali nam daje i odgovor što da činimo: *Oduprite mu se jaki u vjeri* (1 Pt 5,8-9).

2. Grijesi djelom i propustom! Živjeti život u grijehu, garancija je da ćemo biti ranjiviji na udarce Zloga. Moramo se uhvatiti u koštac s grijesima u svom životu, s onim grijesima koje činimo aktivno ili iz navike, kao i s grijesima propusta kada ne činimo dobro koje bismo trebali. Slikovito rečeno, grijesi stvaraju rupe na mreži Božje zaštite koja je postavljena oko nas. Ili drugim riječima rečeno: grijesi ostavljaju otključana vrata i tako naš život biva bez zaštite i sigurnosti. Trebamo se otvoriti milosrđu Božjem koje može pobijediti svaki grijeh.

3. Grijesi drugih! Ovo je tema koja otvara mnoge rasprave i razmišljanja. Biblija koristi termin "grijesi naših otaca".[1] "Grijeh jednoga škodi drugima, kao što je svetost jednoga drugima na dobrobit" (Pavao VI. *Indulgentiam doctrinarum*).

Zla koja su činili naši predci ili živući članovi naših obitelji, nažalost su čest razlog problemâ. Čak i nedužna djeca mogu radi toga pasti pod utjecaj zlodušnih tlačenja. Jedan od najpoznatijih slučajeva "opsjednuća" uzrokovan problemima iz života predaka bio je u američkoj državi Iowi, u dvadesetim godinama prošlog stoljeća. O tom slučaju može se pročitati djelo pod nazivom *Odlazi Sotono* koje ima crkveno odobrenje tj. imprimatur.[2]

Neka trpljenja mogu doći zbog kletvi i uroka koje nam nabacuje netko tko je toliko zao da čini takve stvari. Sami nismo učinili ništa što bi uzrokovalo da padnemo pod utjecaj demonskoga; nedužni smo, tj. žrtve smo grijeha drugih ljudi. U tom slučaju potrebno je utjecati se Božjoj zaštiti i u autoritetu Imena Isusova poništavati

---

[1] Potrebno je razlikovati posljedice grijeha od odgovornosti za grijehe. Odgovornost snosimo samo za svoje grijehe, a posljedice grijeha možemo imati zbog osobnih grijeha, ali i zbog grijeha drugih. Usp. Mt 23,29-32; Lk 11,47-51; Izl 34,7; Br 14,18; Pnz 5,9; Job 1,1-22; Heb 7,7-10; Pnz 24,7. *KKC* 1264.

[2] NIHIL OBSTAT: Rev. Alexius Hoffmann, O.S.B. IMPRIMATUR: Joseph F. Busch, Bishop of St. Cloud, Minnesota, July 23, 1935. http://saint-mike.org/warfare/library/wp-content/docs/begonesatan.asp

takva zla koja udaraju na naš život. Kada se radi o grijesima drugih, napose predaka, i sami svećenici koji su praktično uključeni u molitveni apostolat oslobađanja, zaključuju da se trebamo utjecati Duhu mudrosti da nas vodi na ovome osjetljivom području, kako ne bismo otišli predaleko. Potrebno je da sve bude u skladu s Duhovnim djelom milosrđa, koje nas potiče: za žive i mrtve Boga moliti.

Dodatak [3]

Mnogi ljudi, uključujući često i svećenike, ne razumiju što se misli pod "rodoslovnim (tj. nasljednim) tlačenjem".

Krštenje, naravno, poništava Istočni grijeh i svaki postojeći grijeh. No to ne garantira da će osoba biti oslobođena od zlodušnih tlačenja, kao što to ne mogu osigurati niti sakramenti Potvrde, Euharistije i Ispovijedi. Ispovijed i Euharistija su doista dva najjača oružja protiv đavla, no oni ne osiguravaju oslobođenje. Čak ni službeni egzorcizmi ne garantiraju oslobođenje. (Postoje rjeđi slučajevi kojima ni službeni egzorcizmi Crkve nisu bili učinkoviti). Naravno, ni oprost grijeha nužno ne uklanja "posljedice" grijeha. Kada se ispovjedimo, gri-

[3] Na upit urednika da se dodatno pojasni ova problematika o utjecaju grijeha naših predaka, autor je priložio ovaj Dodatak.

jeh je zauvijek uklonjen i duša je očišćena od grijeha,[4] no posljedice grijeha, bile duhovne ili tjelesne, mogu ostati. Na primjer, ako vozač u pijanom stanju pregazi nekoga, nakon čega žrtva ostane paralizirana, Bog i žrtva mogu oprostiti, ali to što je jadnik postao invalidom ostaje kao posljedica tuđega grijeha. Na sličan način, nakon što je nečiji grijeh oprošten, posljedice demonskog utjecaja mogu ostati i to je potrebno sanirati, jer grijeh je osobu ranio i čini ranjivom. Često se pokazuje da nakon ispovijedi osoba mora đavla izbaciti sa svog teritorija. Posebno kada se radi o grijehu recidiva. Korištenje izraza kao što je "vraćanje teritorija" spada u vojničku terminologiju. Sv. Pavao o napadima đavla govori jezikom ratovanja. Ovo i jest stvaran rat, jednako stvaran kao i svaki zemaljski, samo što se odvija u duhovnoj dimenziji. Grijesi koji se prenose s pokoljenja na pokoljenje objašnjavaju se na tri moguća načina:

Prvi je genetsko nasljeđe. To je nešto što nitko ne može kontrolirati. Svaka osoba baštini određeno genetsko nasljeđe, ali je važno ozračje u kojemu ta osoba živi. Npr. osoba može naslijediti gene odgovorne za agresivno ponašanje, ali ambijent (prije svega obiteljski) je taj koji će usmjeriti to genetsko nasljeđe u agresivno ponašanje ili u pozitivno asertivno ponašanje s ciljem osobne izgradnje u dobru.

[4] *"Ako priznamo grijehe svoje, vjeran je on i pravedan: otpustit će nam grijehe i očistiti nas od svake nepravde"* (1 Iv 1,9).

Drugi je uzrok nešto što zovemo nasljeđem okoline. To se posebno odnosi na loša (ili dobra) ponašanja koja djeca usvajaju promatrajući svoje roditelje. Svako životno iskustvo stvara psihološke učinke. Odnos roditelja prema djeci ima dugotrajne učinke za cijeli život. Stoga je važno kako roditelji odgajaju svoju djecu i kakav im primjer daju. To vrijedi i za cijelo društvo. Međutim, niti jedan od ovih čimbenika ne postulira demonsko djelovanje. No demoni mogu iskorištavati te probleme iz okoline kako bi pogoršali situaciju. Demoni su oportunisti. Ako vide problem koji već postoji, rado će iskoristiti tu ranjivost da ga učine još težim nego što bi inače bio.

Treća je mogućnost ono što nazivamo "rodoslovno (tj. nasljedno) tlačenje". Kod ovakvih pojava pretpostavlja se da je član obitelji (roditelj, djed, baka, pradjed, prabaka itd.), počinio neki smrtni grijeh ili živio grešnim životom, a da se nije izmirio s Bogom, što je privuklo zloduhe toj osobi i čitavom obiteljskom rodu. Obitelj na neki način postaje metom đavlovih nasrtaja na tome području. Demoni se ne nasljeđuju kao genetske osobine, no jednom kad im se netko otvori i postane meta njihovih tlačenja, ostali članovi obitelji mogu biti uznemiravani generacijama na tom području. To ne znači da će svaki pripadnik novog naraštaja nužno imati demonska uznemiravanja na tome području. Međutim, iskustva potvrđuju da život u vjeri i dobra djela privlače

dobro: na sebe, svoj rod i okolinu, tako i zla privlače zlo.

Dakle, "rodoslovno tlačenje", ili kako se još naziva "obiteljsko prokletstvo" naprosto znači da je na bilo koji način đavao privučen obitelji i traži svaku priliku da je ugrozi. Može i ne mora uspjeti. Teži su slučajevi kada roditelji, djedovi i bake prizivaju zlo na svoje potomstvo. Ukoliko takvi slučajevi ne zahtijevaju egzorcizam, korisna je ne samo molitva za "vraćanje teritorija" koji je neprijatelj okužio, već i molitva slamanja prokletstava i uroka. (*vidi* str. 81). Ova se analiza temelji na iskustvima prikupljenim od službenih egzorcista i savjetnika za oslobađanje. Odlomci Katekizma (br. 517, 550, 1237, 1673), Obrednik egzorcizma, i mnogi drugi spisi govore o ovoj temi, ostavljajući s razlogom otvorene teološke obzore.[5]

Govoreći o ovoj problematici, informacije se uglavnom dobivaju iz različitih izvora, uključujući djela Svetaca u kojima pišu o pojavama povezanim s demonologijom. Zatim su tu djela ostalih pisaca koji se bave teologijom anđela i demona, te spisi službenih egzorcista, koji potvrđuju da se radi o evidentnim kliničkim dokazima, kao npr. o. Gabriele Amorth, o. Jose Antonio Fortea, o. Pellegrino Ernetti i mnogi drugi.

[5] Usp. *Grijeh čovjeka i "Grijeh svijeta",* Sv. Ivan Pavao II. Generalna audijencija 5.11.1986.

U svojoj knjizi Egzorcist govori, otac Gabriele Amorth (službeni egzorcist Rimske biskupije) piše o prokletstvima sljedeće:

Proklinjanja! To su želje da se nekome dogodi zlo a izvor zla stoji u đavlu. Ako su izrečena s pravom zločom, posebno ako postoji krvna veza između onoga koji proklinje i onoga koga se proklinje, mogu imati strašne posljedice. Najčešći i najteži slučajevi koje sam susreo, odnosili su se na roditelje ili djedove i bake koji su prokleli svoje sinove ili unuke. Prokletstvo se je pokazalo veoma teškim ako se odnosilo na njihovu egzistenciju ili ako je bilo izrečeno u posebnim okolnostima, na primjer na dan vjenčanja. Roditelji su povezani s djecom krvnom vezom i autoritetom kao nijedna druga osoba.[6]

Činjenica da se obiteljska prokletstva često provlače iz generacije u generaciju je klinički dobro poznata nama, koji imamo iskustva na ovom području, i to je možda najčešći izvor demonskog tlačenja nedužne osobe. No, stabilan sakramentalni život, osobni molitveni život i aktivno pripadanje molitvenoj zajednici Crkve, uvijek su čvrst temelj zaštite i borbe protiv zla. Tada ćemo lakše prepoznavati što nam je činiti u određenoj situaciji.

[6] Hrvatsko izdanje: *Egzorcist govori*, Gabriele Amorth, str. 133, Duh i Voda, Jelsa, 1998.

Može li se osloboditi od demonskog utjecaja?

Odgovor je – "ovisi". Katkad je moguće osloboditi se zarobljenosti i tlačenja Zloga, čak i bez ičije pomoći, snagom svoje volje koja je ujedinjena s Kristom u molitvi, pobožnim činima i aktivnim sudjelovanjem u sakramentalnom životu Crkve.

U težim slučajevima osoba će trebati pomoć i podršku u molitvi od drugih, posebice od svećenikâ koji mole polažući ruke. Takva osoba nerijetko treba pomoć i od savjetnika za oslobođenje, da je vodi i preporuči joj što da čini kako bi se oslobodila i izliječila.

Ako je tlačenje ili ropstvo intenzivnije, do ozbiljnije razine demonskoga, osoba se neće moći osloboditi ili izliječiti bez pomoći nekoga, poput savjetnika za oslobođenje, koji bi je pratio i vodio kroz potpuni proces oslobađanja. Takvim osobama je također potrebna pomoć molitvene zajednice, prihvaćenost, ljubav i razumijevanje. Uz te uvjete stvara se bolje ozračje da se što prije dođe do oslobođenja.

U najtežim slučajevima, koje jednostavno nazivamo "opsjednuće", oslobođenje i ozdravljenje mogući su samo čudotvornim Božjim zahvatom i na njegovu inicijativu, ili kroz svečani liturgijski egzorcizam koji poduzima ovlašteni svećenik s biskupovim dopuštenjem.

Kada oslobođenje kasni ili se ne događa?

Oslobođenje se ne događa uvijek brzo. Ponekad trebaju mjeseci pa i godine molitve i napora, čak i uz svečani egzorcizam, da bi se na koncu postiglo oslobođenje i sloboda djeteta Božjeg. Razlozi su vjerojatno u tome što osoba mora spoznati neke pojedinosti o sebi, o Bogu i o svome duhovnom životu. Bog može upotrijebiti takvo stanje kao priliku da pouči osobu o svojoj slavi ili o nekoj duhovnoj istini koju osoba još mora spoznati. Neki ljudi sporije uče od drugih!

Jedan od razloga zašto ne dolazi do oslobođenja jesu "zapreke" koje mogu biti prisutne u osobnom životu, i treba ih ukloniti kako bi se postiglo oslobođenje. "Zapreke" su različiti oblici ponašanja i okolnosti, stavovi i obrasci razmišljanja, ili emocionalna stanja koja omogućuju demonima da se "uhvate" za život neke osobe. Spomenut ćemo nekoliko takvih primjera, iako nisu isključeni i drugi.

Ponašanje i okolnosti! Uključenost u okultno, New Age, članstvo u krivovjernim i heretičkim društvima, proučavanje horoskopa, itd. Grijesi na području spolnosti (blud, preljub, masturbacija, pornografija, homoseksualni grijesi, "izvanbračne zajednice") kao i drugi oblici grješnog stila života; primjerice održavanje grešnih prijateljstava, a za katolike su posebno štetne

ponovne ženidbe, koje nemaju sakramentalni pečat, ili bilo koja vrsta braka koja nije ispravno uređena i sklopljena u Crkvi.

Krivi stavovi i obrasci razmišljanja! Neposluh ili bunt protiv crkvenog Učiteljstva, krivovjerna ili heretička gledišta, oholost, predrasude prema nekim ljudima, ogovaranje, sebičnost, tvrdoglavost, manjak milosrđa, manjak suosjećanja i ljubavi prema drugima.

Emocionalna stanja! Ovo područje je možda i najčešći uzrok i zapreka za oslobođenje, nakon grijeha na području seksualnosti i oholosti (tj. mržnje, nepraštanja, gorčine, nepouzdanja u Boga i očaja).

Oslobođenje je rijetko moguće ili je manje vjerojatno da će biti trajno, ukoliko ovakve ili slične "zapreke" ostanu u našem životu. Stoga ih je nužno otkriti i ukloniti jer mogu demonima poslužiti kao uporište pomoću kojeg se drže uz nas. Otkrivanje „zapreka“ može biti vrlo naporno i proizvesti bolne osjećaje, jer ih je teško prepoznati, suočiti se s njima i nadvladati ih, ali je to presudno učiniti želimo li doći do slobode i ozdravljenja. Savjetnik za oslobođenje može biti od velike pomoći, katkad i nužno potreban, pomažući osobi da prepozna i odbaci "zapreke".

Oslobođenje i ozdravljenje izostaje kod osobâ koje ga zapravo ne žele jer svojim stanjem privlače pozornost i skrb ili se čak ne/svjesno osvećuju povreditelju.

U rijetkim slučajevima Bog može dopustiti đavlu da nas uznemiruje kako bi iskušao našu vjeru, iako nismo ništa skrivili, niti su drugi krivi za nevolje koje proživljavamo. Ono što se dogodilo nedužnom Jobu je rijetkost, ali se može dogoditi i događa se.[7]

Ima i takvih slučajeva kada Bog ne uslišava našu molbu za oslobođenjem jer je to za naše dobro. Sv. Pavao govori o svojim iskušenjima na tom području: *"I da se zbog uzvišenosti objava ne bih uzoholio, dan mi je trn u tijelu, anđeo Sotonin, da me udara da se ne uzoholim. Za to sam triput molio Gospodina, da odstupi od mene. A on mi reče: 'Dosta ti je moja milost jer snaga se u slabosti usavršuje.' Najradije ću se dakle još više hvaliti svojim slabostima da se nastani u meni snaga Kristova"* (2 Kor 12,7-9).

Konačno, u vrlo rijetkim slučajevima, Bog može uskratiti oslobođenje nekima jer ih poziva da budu "duše žrtve" za Kraljevstvo Božje kao svjedoci svijetu.

Koji god bili razlozi naših duhovnih tegoba, postoje provjereni koraci koje možemo primijeniti na sebe kako bismo došli do slobode i ozdravljenja. Ako ovi koraci bitno ne pomognu u vašoj situaciji, ne obeshrabrite se nego tražite i dalje duhovnu pomoć u Crkvi.

---

[7] "Premda je istina da patnja ima smisao ukoliko je povezana s grijehom, nije istina da je svaka patnja posljedica grijeha te da svaka ima značenje kazne", Sv. Ivan Pavao II., *Spasonosno trpljenje* 11.

- Korak 1 -

OBRAĆENJE

Oslobođenje od bilo kakvog demonskog utjecaja, svezanosti ili uznemiravanja (koje nazivamo "duhovnim tegobama") ne može se postići bez osobnog obraćenja! Različiti su čini osobnog obraćenja: priznanje grijeha, kajanje, povjerenje u Boga, nada, milosrđe, predanje, pokora, itd. Takvi čini, sudjelovanje u Euharistiji, post i molitva, redovito su uspješne metode za udaljavanje zlih duhova od sebe: *"Podložite se dakle Bogu! Oduprite se đavlu i pobjeći će od vas! Približite se Bogu i on će se približiti vama!"* Reći će Sv. Jakov (Jak 4,7-8).

Prvi je, dakle, korak: donijeti čvrstu odluku živjeti po uzoru na Krista. Ili ako to osoba već čini, potrebno je ustrajati u takvom životu. Unutarnje obraćenje, što proizlazi iz svjesne odluke i hrabrosti slijediti Krista i cijeli njegov nauk, prethodi svakom drugom koraku prema oslobođenju. Bez obraćenja na vjeru u Isusa Krista i sudjelovanja u njegovoj obitelji (Crkvi), oslobođenje koje naizgled može biti uspješno neko vrijeme, ne događa se na dugi rok. Bez promjene života, bez pravog obraćenja nema oslobođenja!

Obraćenje podrazumijeva da smo počeli obraćati se Bogu, komunicirati s njim, imati Boga na prvome mjestu u svome životu i kontinuirano ustrajati u tome. Obra-

ćenje u nama stvara nutarnji mir iz kojega dolaze misli koje blagoslivljaju sve i svakoga, pa i progonitelje (usp. Lk 6,27-28). U obraćenu srcu boravi Isus, koji ljubi sve i ne osvećuje se nikada. Iz obraćena srca izlaze riječi dobre i blage. Kao što Gospodin kaže: *"Dobar čovjek iz dobra blaga srca svojega iznosi dobro. Ta iz obilja srca usta mu govore"*. (Lk 6,45). A Pavao upozorava Efežane: *"Nikakva nevaljala riječ neka ne izlazi iz vaših usta, nego samo dobra."* (Ef 4,29)

Ono što nas oslobađa jest Istina (Iv 8,31b), a ne određeni čini sami po sebi, kao što su molitva, obredi, savjetovanja ili dobra volja. Suočavanje s Istinom tjera demone u pakao! Zato metodu "savjetovanja za oslobođenje" koju rabimo, zovemo također "susret s Istinom". Naš kršćanski identitet je da smo ljubljena djeca Božja. Kad spoznamo tu istinu, zahvalno je prihvatimo, i kada se demoni suoče s Istinom, tada moraju bježati, tada postižemo slobodu. Temelj istine je Isus Krist (Iv 14,6). Bez našeg Gospodina Isusa Krista ne možemo spoznati istinu i primiti je.

Neke osobe misle da ne mogu ispovijedati vjeru u Isusa Krista. U tom slučaju, osoba mora zatražiti pomoć od Boga – zatražiti da joj daruje vjeru, po kojoj se spašavamo, oslobađamo i ozdravljamo. Želimo li primiti od Boga dar vjere, naš Gospodin će nam je dati kad ga zaištemo: *"I ja vama kažem: Ištite i dat će vam se! Tražite i naći ćete! Kucajte i otvorit će vam se! Doista, tko god*

ište, prima; i tko traži, nalazi; i onomu tko kuca, otvorit će se. A koji je to otac među vama: kad ga sin zaište ribu, zar će mu mjesto ribe zmiju dati? Ili kad zaište jaje, zar će mu dati štipavca? Ako dakle vi, iako zli, znate dobrim darima darivati djecu svoju, koliko li će više Otac s neba obdariti Duhom Svetim one koji ga zaištu!" (Lk 11,9-13).

Poslanica Hebrejima kaže: *"Uprimo pogled u Isusa, Početnika i Dovršitelja vjere"* (Heb 12,2).

Kao što roditelji i kumovi kod krštenja djeteta od Crkve Božje ištu vjeru, tako i vi iskreno zaištite od Boga vjeru, vjeru koja spašava, koja nas povezuje s Isusom Kristom, koji kaže:

- *"Ja sam Put i Istina i Život: nitko ne dolazi Ocu osim po meni"* (Iv 14,6).

- *"Dođite k meni svi koji ste izmoreni i opterećeni i ja ću vas odmoriti"* (Mt 11,28).

- *"Svi koje mi daje Otac doći će k meni, i onoga tko dođe k meni neću izbaciti"* (Iv 6,37).

Pretpostavlja se da će onaj tko nije kršten, kada spozna kako je vjera presudna za spasenje, zatražiti krštenje.[8]

[8] O krštenju i daru vjere koju primamo po tom sakramentu pročitajte što kaže *Katekizam Katoličke Crkve*: 784; 1122-1134; 1213-1284.

- Korak 2 -

KAJANJE

Da bismo se približili Bogu u vjeri, pobožnosti i ljubavi, temeljno je da se pokajemo za svoje grijehe, tj. za grešna ponašanja, želje i uvjerenja.

Definicija grijeha je mnogo šira nego što većina ljudi misli. Potpuna definicija grijeha prema Katekizmu Katoličke Crkve glasi:

Grijeh je prekršaj protiv razuma, istine, ispravne savjesti; prijestup je istinske ljubavi prema Bogu i bližnjemu, zbog izopačene privrženosti nekim dobrima. On ranjava čovjekovu narav i ugrožava ljudsku solidarnost; definiran je kao "riječ, čin ili želja protiv vječnog zakona" (*KKC* 1849).

Grijeh je uvreda Bogu: "Tebi, samo tebi ja sam zgriješio i učinio što je zlo pred tobom" (Ps 51,6). Grijeh se diže protiv ljubavi Božje prema nama, udaljuje od nje naša srca. Kao i prvi grijeh, to je neposlušnost, buna protiv Boga, radi volje da čovjek postane "kao bog" spoznajući i određujući dobro i zlo (Post 3,5). Grijeh je dakle "ljubav prema sebi sve do prezira Boga". Zbog tog oholog uzdizanja samog sebe grijeh je dijametralno oprečan Isusovoj poslušnosti koja ostvaruje spasenje (*KKC* 1850).

Moramo se kajati za svoje grijehe. Kajanje podrazumijeva više od toga da se samo "okrenemo" grijeha. Ono mora biti odricanje od svega onoga što se protivi Bogu i svega što Bog drži grijehom. A to uključuje odricanje od Sotone i njegovih djela, odricanje od osobnih grijeha, navezanosti i od svega onoga što nas vodi u grijeh.

Neki od najčešćih grijeha i situacija koje su zapreka za oslobođenje jesu: sudjelovanje u nekršćanskim praksama kao što je okultizam, New Age svjetonazor, astrologija i bilo koji oblik praznovjerja. Zatim trajne okolnosti i grijesi koji iz njih proizlaze, npr. život u izvanbračnom (tj. grešnom) zajedništvu, održavanje loših i problematičnih prijateljstava, ilegalne aktivnosti bilo koje vrste, te grijesi koji su postali navika kao što su psovka, krađa, laž, bludnost, pornografija, masturbacija, opijanje i tomu slično.

Najveći kamen spoticanja na putu do oslobođenja su oholost, neposlušnost i nepraštanje. Da bi se uopće mogli nadati oslobođenju, nužno je potrebno kajanje zbog oholosti, neposluha i nepraštanja. (O ovome ćemo detaljno govoriti u 4. koraku).

Kajanje podrazumijeva čvrsto nastojanje izbjegavati grijeh i sve što bi nas u buduće moglo navesti na grijeh. Kajanje je opredjeljenje za ljubav prema Bogu, jer grijesi su uvijek nedostatak ljubavi prema Bogu. Kada

prihvatimo da nas Bog ljubi i sami počinjemo ljubiti. Tada se događa temeljni zaokret u našem životu! A to je put ljubavi i dobra.

Srce koje priznaje svoje grijehe, kaje se i velikodušno ispovijeda, po Duhu Svetom biva sve sposobnije ljubiti Boga i bližnjega. O tome i Sv. Petar govori u svojoj poslanici: *"Pošto ste posluhom istini očistili duše svoje za nehinjeno bratoljublje, od srca žarko ljubite jedni druge"* (1 Pt 22).

Kultura kajanja i ljubav prema Bogu naznačuje nam put po kojemu postajemo "novi ljudi", tako *"da vam je odložiti prijašnje ponašanje, starog čovjeka, koga varave požude vode u propast, a obnavljati se duhom svoje pameti i obući novog čovjeka, po Bogu stvorena u pravednosti i svetosti istine. Zato odložite laž i govorite istinu jedan drugomu jer udovi smo jedni drugima. Srdite se, ali ne griješite! Sunce nek ne zađe nad vašom srdžbom i ne dajite mjesta đavlu"* (Ef 4,22-27).

Pustinjski su oci čvrsto držali da kajanje i plač za svoje grijehe uvijek donose dobre plodove.

Molimo sa psalmistom: *"Čisto srce stvori mi, Bože, i duh postojan obnovi u meni!"* (Ps 51,12)

- Korak 3 -

ISPOVIJED

S vjerom, raskajana srca i s čvrstom nakanom odustati od grijeha i svega što vodi u grijeh, moramo ispovjediti svoje grijehe pred Bogom, koji je Bog praštanja i milosrđa. To je vrlo važan korak koji ćemo podrobnije objasniti.

Božja Riječ nas potiče na skrušeno ispovijedanje svojih grijeha:

- *"Ako priznamo grijehe svoje, vjeran je on i pravedan: otpustit će nam grijehe i očistiti nas od svake nepravde"* (1 Iv 1,9).

- *"Jer ako ustima ispovijedaš da je Isus Gospodin, i srcem vjeruješ da ga je Bog uskrisio od mrtvih, bit ćeš spašen. Doista, srcem vjerovati opravdava, a ustima ispovijedati spasava"* (Rim 10,9-10).

- *"Umjesto Krista zaklinjemo: dajte pomirite se s Bogom!"* (2 Kor 5, 20).

Nužno je ispovjediti sve smrtne (teške) grijehe u sakramentu ispovijedi. Manji grijesi ne moraju biti ispovjeđeni, ipak Crkva preporučuje da i njih ispovijedamo, jer je sakrament ispovijedi učinkovit u liječenju rana i očišćenju od svakoga grijeha.

Čovjek mora priznati svoje grijehe Bogu, (1 Iv 1,9; Rim 10,9-10) i pokajati se za njih, te ponizno ih ispovjediti u sakramentu pomirenja koji ima ljekovite učinke:

"Ispovijedajte dakle jedni drugima grijehe i molite jedni za druge da ozdravite! Mnogo može žarka molitva pravednikova" (Jak 5,16).

Kao katolici imamo "odgovornog suradnika" (svećenika) u kojeg imamo povjerenja i kojemu iznosimo svoje grijehe. Mudrost leži u tome da stanemo pred "odgovornog suradnika". Osobna je odgovornost jača kad se ispovijedamo pred drugom osobom. Kada ispovijedamo grijehe pred svećenikom, to postaje snažan način raskidanja lanaca grijeha u našem životu. Puno je teže priznati grijehe pred čovjekom, nego jednostavno reći: "Bože, oprosti mi." Zahtjev za osobnom odgovornošću pred drugim čovjekom stavlja našu ispovijed u realnost, jačajući našu odlučnost da se odreknemo grijeha u buduće.

Kada pristupamo svećeniku kao "odgovornom suradniku", otkrivamo mu osobne i osjetljive informacije o sebi, zato je važno to činiti slobodno i s povjerenjem, tim više što znamo da je svećenik vezan ispovjednom tajnom.

Ostali vjerski službenici, psiholozi, savjetnici, pratitelji na duhovnome putu, također su po zakonu, etičkim kodeksom, ugovorom s klijentom (ili kombinacijom

svega navedenoga), obvezni držati u privatnosti i tajnosti sve što im se otkrije. To su uglavnom osobe koje su u crkvenim i pomoćnim službama podučene u etici, zakonodavstvu i kulturi čuvanja tajni. Oni su navikli držati u privatnosti osobne informacije svojih pacijenata i klijenata. Prijatelji, s druge strane, ne prolaze ovakvu poduku i nisu upoznati s kulturom povjerljivosti. U tom smislu, ako neka osoba kojoj se otvaramo nije svećenik, psiholog, ili savjetnik koji je obvezan zakonom ili etičkim kodeksom, treba nastojati odabrati osobu od povjerenja koja dobro shvaća da mora držati u tajnosti sve što čuje i da o tome ne može razgovarati s drugima.

Velika se psihološka utjeha nalazi u riječima koje svećenik izgovara u ovom sakramentu: "Ja te odrješujem od grijeha", kao i u prijateljskoj riječ "opraštam ti." Naš nebeski Otac razumije ovu psihološku potrebu i u svojoj neizmjernoj ljubavi prema nama, on nam je dao način da te riječi čujemo u njegovo ime, a to se događa kroz sakrament pomirenja. Bog je onaj koji oprašta grijehe, no isto je tako po svojoj suverenoj vlasti tu moć dao svojim apostolima i od njih je predana svećenicima koje su oni ovlastili.[9]

Kada Bog oprašta kroz svoje svećenike, pokornik doslovce može čuti riječi: "Ja te odrješujem od grijeha tvojih." Bog je velik, pun ljubavi i poznaje našu potrebu

[9] Usp. Iv 20,22-23; *KKC* 1461.

da čujemo ove riječi utjehe. Zato nam je omogućio način po kojemu ćemo iskustveno doživjeti opraštanje slušajući riječi odrješenja.

Naš nebeski Otac također zna i razumije našu potrebu da budemo obitelj i da nam kao obitelji pritekne u pomoć kada patimo. Pruža nam oproštenje kada padnemo, daje nam lijek i snagu da bismo mogli rasti u vjeri. Sakramenti, kao što je ispovijed, dio su te "obiteljske" ekonomije u kojoj nas je Bog stvorio. Čak je i sâm Bog u sebi na neki način obitelj – Bog Otac, Bog Sin i Bog Duh Sveti. Dolazimo na svijet kroz naše biološke roditelje, odgaja nas obitelj, i k Bogu dolazimo preko duhovne obitelji a to je Crkva. Zbog toga je prirodno kada padnemo, da se vraćamo Bogu preko obitelji, preko njegove Crkve. Katolička je crkva uvijek vjerovala u ono što nas Bog uči o potrebi za ispovijedi i slijedila je Božji nauk u toj stvari. Ispovijed, osim što nas čisti od grijeha, obnavlja savez s Bogom i utvrđuje nas u dostojanstvu djeteta Božjeg.

Kao katolici imamo velik privilegij u sakramentima. Stoga posegnite za ovim sakramentom pomirenja barem jednom mjesečno. Ako počinite teški grijeh, odmah se pokajte i izmolite savršeno kajanje, to je kajanje iz ljubavi prema Bogu. Nakon toga, prvom prigodom pristupite sakramentu pomirenja, svakako prije nego primite Tijelo Kristovo - Euharistiju.

- Korak 4 -

OTKLANJANJE NAJVEĆIH ZAPREKA:

oholosti, neposlušnosti i nepraštanja

Već smo spomenuli da su tri najveće zapreke na putu oslobađanja: oholost, neposlušnost i nepraštanje. Ta nas tri grijeha izrazito udaljuju od Boga! Da bismo se približili dobrom Bogu moramo se odreći oholosti, zatim poslušno i velikodušno prihvatiti nauk našega Gospodina te naučiti opraštati. (usp. Mt 18,21-35). Potrebno je uočiti oblike i načine svoje oholosti i neposlušnosti te ih se odreći. A što se tiče opraštanja, čini se da nam ono ide najteže. Djelomično zbog oholosti i neposlušnosti, ali ipak najviše zbog duboko emotivnih razloga, jer smo ranjeni, a to je ono što određuje našu osobnost. Koji god bili razlozi našeg nepraštanja, oslobođenje neće biti moguće dok ne oprostimo (to ćemo podrobnije objasniti). Čovjek jednostavno mora raditi protiv svoje oholosti, neposluha i nepraštanja, ako želi doći do oslobođenja i ozdravljenja.

Poniznost je prva zaštita protiv zla. Ponizan čovjek se ne uznosi iznad drugih, sam sebe smatra najmanjim, dok je istovremeno odvažan u borbi protiv zla, u molitvi i ustrajnosti u dobru.[10]

[10] "Oholost je promijenila anđele u vragove, a poniznost čini ljude kao anđele." Sv. Augustin (352. – 430.)

OHOLOST: To je temeljni grijeh koji vodi do drugih grijeha. Luciferov grijeh oholosti odveo ga je do pobune protiv Boga, a sve je završilo tako da je protjeran iz raja postavši Sotonom (tužiteljem).

Oholost doista uništava čovjeka. Ona kaže: "Ja to mogu sam! Ja se mogu izvući iz ovih problema bez Boga i bez ičije pomoći." Ne, mi to ne možemo. Mi apsolutno trebamo Boga, i očajnički trebamo jedni druge.

Oholost također kaže: "Ja znam najbolji i najučinkovitiji način, pa kako se drugi usuđuju da mi u tome smetaju?" Ohola osoba želi pokazati da je glavna i nastoji da bude sve po njenom. Ne dopušta nikome da joj bude jednak, a kamo li da bude ispred nje. Ne podređuje se crkvenom autoritetu niti traži mišljenje Crkve, provodi svoju volju tvrdeći da služi Bogu. Nesposobna je za zajedništvo koje nije po njezinom. Oholost posebno napada one osobe koje su gotovo savršene u nekoj vrlini ili daru. Oholost je kada mislimo da smo u nečemu najbolji. Ona se posebno pokazuje ako preziremo i ponižavamo druge. Kada nešto ne ide kako treba, ohola osoba propuste i pogreške redovito traži kod drugih, a nikako ili vrlo rijetko kod sebe. Ohola osoba nije samokritična.

Nestrpljivost je pokazatelj oholosti - kada nam nešto ne ide kako bismo htjeli pa smo nervozni i mrmljamo. Problem je u tome što ne prihvaćamo činjenicu da smo nesavršeni i da moramo biti ponizni i strpljivi sami

sa sobom i s drugima. Moramo sebe učiniti ovisnima o Božjoj milosti, a ne misliti da smo sami sebi dostatni. Neki su toliko oholi i nestrpljivi te se odmah ljute kada nešto ne ide kako su zamislili, a pojedini čak i hule na Boga. Ohola osoba bahato postavlja Bogu pitanja i poziva ga na odgovornost. Ponizan čovjek shvaća da je život veliko otajstvo i zahvalno prihvaća svoj život. Oholost je kada smatramo da moramo biti bogati, zdravi i lijepi i Boga želimo samo onda ako će biti u službi toga. Kroz tu sebičnost neprijatelj ubacuje svoju oholost i tako nastoji čovjeka odvojiti od istinskog sinovskog odnosa s Bogom dobrim Ocem. Materijalistički svjetonazor je odraz oholosti.

Oholost je također pokretač egoizma, kada netko misli više na sebe nego bi trebao. Ona također stoji iza lažne poniznosti, kada se pretvaramo da smo manji nego što jesmo. Kada govorimo sebi i drugima da nismo nizašto, da ništa ne vrijedimo. Kada se ne želimo pouzdati u Božje milosrđe. Takva osoba ostaje u svome svijetu žalosti i frustracije, razočaranja i lijenosti. Oholost je i ona zla snaga koja uzrokuje otpor prema zakonitom i pravom autoritetu - bilo da je riječ o autoritetu roditelja, učitelja, policije, vlade, zaposlenika, ili Crkve.

Oholost pokazuje svoje ružno lice na suptilan način kada smo neodlučni da se ispričamo, kada tražimo svoje pravo samo zbog toga što je to naše pravo, kada smo neljubazni i nepristojni, ljubomorni, nagli, neraspolože-

ni, kada mrmljamo na povrede koje su nam drugi nanijeli. Oholost je kad se ljutimo što drugi ne vide naše sposobnosti i darove te ih dovoljno ne cijene i uvažavaju. Oholost se očituje i u navezanosti na vlastito mišljenje, svjetonazor ili djelo. Katkada to može biti i dobra stvar (ideja), ali se u njoj ističe pojedinac i njegovo dobro djelo a ne prvotno slava Božja. Stoga trebamo učiti od svetaca koji su pozorno u molitvi bdjeli nad tim da prepoznaju što je Božja volja. Upravo onako kako vapije Sv. Franjo Asiški: *Gospodine, što ti želiš da činim?*

Još neki pokazatelji oholosti su: kada smatramo sebe zaslužnima za darove ili posjedovanje nečega i na taj način odbijamo priznati da je to što imamo zapravo dar Božje providnosti. Kada se hvalimo svojim postignućima kao da ona nisu prije svega rezultat Božje milosti i njegove dobrote. Kada umanjujemo svoje poraze i pripisujemo sebi kvalitete koje zapravo nemamo. Kada uveličavamo pogreške i mane drugih, ili stalno inzistirajući na manama i pogreškama drugih. Plod oholosti je neprijateljstvo, razdor i podjela. Oholoj osobi može pomoći samo iskrena poslušnost i trajno vježbanje u poniznosti. Sljedeći odlomci Svetog pisma potvrđuju koliko je poniznost važna, kao i to da je duhovni sukob uvijek rezultat oholosti i sebčnosti:

"Bog se oholima protivi, a poniznima daje milost. Podložite se dakle Bogu! Oduprite se đavlu i pobjeći će od vas! Približite se Bogu i on će se približiti vama! Očistite

ruke, grešnici! Očistite srca, dvoličnjaci! Zakukajte, protužite, proplačite! Smijeh vaš nek se u plač obrati i radost u žalost! Ponizite se pred Gospodinom i on će vas uzvisiti!" (Jak 4,6-10).

"Starješine dakle među vama opominjem, ja sustarješina i svjedok Kristovih patnja, a zato i zajedničar slave koja se ima očitovati: pasite povjereno vam stado Božje, nadgledajte ga - ne prisilno, nego dragovoljno, po Božju; ne radi prljava dobitka, nego oduševljeno; i ne kao gospodari Baštine nego kao uzori stada. Pa kad se pojavi Natpastir, primit ćete neuveli vijenac slave. Tako i vi, mladići, podložite se starješinama; svi se jedni prema drugima pripašite poniznošću jer Bog se oholima protivi, a poniznima daruje milost. Ponizite se dakle pod snažnom rukom Božjom da vas uzvisi u pravo vrijeme. Svu svoju brigu povjerite njemu jer on se brine za vas" (1 Pt 5,1-7).

"Čovjek skrovita srca, neprolazne ljepote, blaga i smirena duha. To je pred Bogom dragocjeno" (1 Pt 3,4).

Veliki crkveni naučitelj Sv. Toma Akvinski kaže: *Što smo ponizniji u neuspjehu, jači ćemo biti u vrijeme kušnje.* A Sv. Ivan Kasijan, učitelj unutarnjega života, reče: *"O kako je oholost veliko zlo! Njoj se ne mogu suprotstaviti ni anđeli ni druge protivne sile, već se mora suprotstaviti sam Bog."* [11]

Ispitajte se o navedenim i drugim oblicima oholog ponašanja, zatim molite sljedeću molitvu!

[11] *Duhovni boj s osam glavnih strasti*, Sv. Ivan Kasijan (360. - 435.)

PONIZNOST NASUPROT OHOLOSTI

Dragi Bože, ti si rekao da *pred slomom ide oholost i pred padom uznositost* (*Izr* 16,18).

Priznajem da se nisam dovoljno odrekao samoga sebe, svakodnevno uzimao svoj križ i slijedio Tebe. Mnogo sam puta radio po svojoj volji, svojim snagama, znanjem i prosudbama, ne pitajući što je Tvoja volja. Žao mi je što sam na taj način davao neprijatelju upliva u svoj život.

Odričem se oholosti, kao izvora svih zala i ponizno molim za oproštenje. Time neka je poništen svaki neprijateljski utjecaj na moj život.

Udijeli mi budnost da uvijek bdijem nad čistoćom svoga srca i tijela. Osposobi me da u ljubavi služim drugima, da ti u njima iskazujem dužnu čast i poštovanje.

To te sve molim po zagovoru Blažene Djevice Marije, tvoje ponizne službenice i svih Svetih tvojih. Po Kristu, Gospodinu našem. Amen.[12]

[12] Za dodatno pojašnjenje ove molitve: Usp. Izr 16,18; Mt 16,24; Rim 12,10; Fil 2,3; Jak 4,6-10; 1 *Pt* 5,1-10; *KKC* 1866.

NEPOSLUŠNOST: Poražavajuće je kada imamo povjerenje samo u ovozemaljsko, "materijalno" i vidljivo. Stav "ja mogu sam sve učiniti" degradira nas, a posebno kada se postavljamo kao mjerilo svih stvari, čak štoviše, kada svoje mišljenje stavljamo iznad Kristova nauka. Oholost i neposlušnost se pokazuju u stavu: "Ja stvari želim učiniti po svom." Ili: "Ja želim misliti kako ja hoću", bez obzira čemu nas uči Bog, sveto Pismo, zdrav razum i istina. Takva nas bahatost odvodi u velike neprilike, čini nas slabima pred demonima i omogućuje im da lakše manipuliraju s nama.

Nasuprot tome poslušnost je tako ljupka! Sveti Augustin piše: *"Gospodine, najbolje su tvoje sluge koji žele svoj život prilagoditi tvojim odgovorima, radije nego da prilagode tvoje odgovore svojim željama."* Trebamo svoje živote uskladiti s Božjim naukom, a ne prilagođavati Božji nauk načinu na koji želimo živjeti.

Neposlušnost Bogu i njegovoj vlasti pruža Sotoni uporište da nas napadne. Zato živjeti životom Crkve, najsigurniji je put zaštite od zla. Naš vrhovni Zapovjednik, Gospodin Isus Krist je rekao: neću vas uvesti u napast, nego ću vas izbaviti od zla. Potrebno je bratski se zbiti u redove i slijediti Gospodina Isusa.

Biblija nas uči kako je volja Božja da budemo poslušni roditeljima, građanskoj vlasti, Crkvi i njezinim pastirima koji su nam dani. Prema njima imamo dvije

biblijske odgovornosti: 1.: moliti za njih, i 2.: biti im poslušni. Bog dopušta da obijemo poslušnost autoritetu samo onda ako od nas traži da učinimo nešto suprotno crkvenom učenju, naravnom ili božanskom zakonu. Npr. ako traži od nas da učinimo nešto što je grijeh i nije u skladu s našom savjesti.

Biti pod nečijom vlašću jest čin vjere; vjerujemo Bogu da djeluje kroz svoje uspostavljene oblike vlasti. S druge strane, premda je neku vlast Bog uspostavio, to ne znači da nas ona ima pravo zloupotrebljavati. U slučajevima gdje nas netko na vlasti zloupotrebljava na bilo koji način, moramo djelovati u skladu sa situacijom na pravi način: podnijeti tužbu za zaštitu i odštetu u građanskim i kaznenim pitanjima, ili se žaliti Crkvi za stvari koje se tiču vjere ili naših župa, ili prekinuti takav loš odnos, i slično. O kojem god se zlostavljačkom autoritetu radilo, moramo se moliti za njega i oprostiti mu, no nikako nismo dužni biti žrtva ili sredstvo nečije zloporabe. Nabrojimo neke oblike vlasti koji se spominju u Bibliji:

- Crkvene vođe (Heb 13,17; Mt 18,15-18)
- Roditelji (Ef 6,1-3; Izl 20,12)
- Muževi (1 Pt 3,1-3; Ef 5,23-24)
- Zaposlenici (1 Pt 2,18-21)
- Državna vlast (Rim 13,1-5; 1 Tim 2,1-3; 1 Pt 2,13-16)

Ispitajte se za svako područje mogućeg neposluha zatim molite sljedeću molitvu:

POSLUŠNOST NASUPROT NEPOSLUŠNOSTI

Dragi Bože, tvoja riječ kaže da je *nepokornost kao grijeh čaranja, a samovolja je kao zločin s idolima* (1 Sam 15,23).
Žao mi je što sam te povrijedio
lošim djelima i krivim stavovima,
vođen neposluhom i buntovnim srcem.
Sada molim, po predragocjenoj krvi
tvoga ljubljenoga Sina,
po zagovoru tvoje ponizne službenice
Blažene Djevice Marije, Sv. Josipa,
Sv. Mihaela Arkanđela, Sv. apostola Petra i Pavla;
da u Ime Isusovo bude zaustavljeno
i poništeno svako djelovanje zlih duhova.
Sve što je neprijatelj stekao
preko moje neposlušnosti
neka bude vraćeno pod vlast
i gospodstvo Isusa Krista.

Oče, udijeli mi dar poslušnosti i prosvijetli me
kako bih spoznao svoju neposlušnost
te izabrao duh poslušnosti i srce sluge.
To te molim po Kristu Gospodinu našem. Amen.[13]

[13] Za dodatno pojašnjenje ove molitve: Usp. 1 Sam 15,23; Ef 5,21; 6,1-3; Rim 13,1-5; 1 Pt 2,13-21; 3,1-2; 1 Tim 2,1-4; Heb 13,17; Fil 2,5-11.

NEPRAŠTANJE: Gospodin Isus govori da je nepraštanje ozbiljan problem. Ako ne oprostimo onima koji nas povrijede, posljedica toga će biti da ni Bog nama neće oprostiti naše grijehe. "Oprosti nam duge naše, kao što mi otpuštamo dužnicima našim", molimo u Gospodnjoj molitvi. Isus nas time uči da nam Bog rado oprašta, ali traži da i mi opraštamo drugima. Ako ne opraštamo činimo veliki propust! Zato kršćanin treba biti pobjednik u opraštanju!

Kako možemo očekivati da nam Bog oprašta ako mi ne opraštamo braći i sestrama? Razmislite o sljedećim ulomcima:

"Doista, ako vi otpustite ljudima njihove prijestupke, otpustit će i vama Otac vaš nebeski. Ako li vi ne otpustite ljudima, ni Otac vaš neće otpustiti vaših prijestupaka" (Mt 6,14-15).

"No kad ustanete na molitvu, otpustite ako što imate protiv koga da i vama Otac vaš, koji je na nebesima, otpusti vaše prijestupke" (Mk 11,25).

"Praštajte i oprostit će vam se" (Lk 6,37).

Praštanje ne mora biti popraćeno osjećajima ili emocionalnim stanjima. I dalje možete osjećati bol, ljutnju i uzrujanost, ali unatoč tome treba donijeti odluku oprostiti, jer praštanje prvotno podrazumijeva odluku razuma i volje. To je čin slobodne volje, iako se možda "ne osjećate tako". Razmotrite sljedeće smjernice koje govore o pravom značenju oprosta!

1. Oprost nije zaborav! Mnogi ljudi bi htjeli neke događaje zaboraviti ali shvaćaju da to ne mogu. Zahtjevna je osebujnost izričaja: "Oprosti i zaboravi." To ne znači da trebamo "zaboraviti" ono što se dogodilo, jer uglavnom to ne možemo. U svojoj riječi Gospodin kaže: *"Grijeha se njihovih i bezakonja njihovih ne ću više spominjati"* (Heb 10,17). Dakle, i sam Bog ne želi se više sjećati onoga što nam je oprostio i ne želi upotrebljavati našu grješnu prošlost protiv nas (usp. Ps 103,12).

Oprostiti, doslovce znači "otpustiti". Moramo *otpustiti* i *prepustiti* Bogu. Otpuštamo prošlost, ali što je još važnije, otpuštamo povredu. Dok god ne oprostimo, tj. dok ne otpustimo, dopuštamo onomu tko nas je povrijedio, i Zlome, da nas i dalje ranjavaju.

2. Opraštanje je stvar izbora, a ne osjećaja! Budući da Bog od nas zahtijeva da oprostimo, to je onda nešto što možemo učiniti. Bog nikada ne traži nešto što ne možemo učiniti, nešto što bi bilo okrutno, jer nas voli i želi nam pomoći.

Opraštanje je za nas teško jer je u suprotnosti s našim osjećajima i emocionalnim povredama. Dakle, osjećamo se suprotno od naših osjećaja jer "nam se ne da" oprostiti. Ali ipak to moramo učiniti ako želimo sebi pomoći i krenuti nabolje.

Molitva Gospodnja nas uči da nam Bog oprašta "kao što i mi opraštamo drugima". Ali, netko se može

pitati: kako Bog od nas može tražiti to, kad smo bili toliko duboko povrijeđeni?

Dobri Bog ne očekuje da će vaši osjećaji i emocionalne rane zacijeliti preko noći. On dobro poznaje i razumije vaše osjećaje i rane. On je Bog koji suosjeća i koji će vam pomoći da se vremenom izliječe vaša bolna sjećanja i rane, onako kako ste u mogućnosti otvoriti se njemu. Ono što Bog od nas očekuje nije iscjeljenje istog trenutka, nego on želi našu odluku da oprostimo. Odluka volje da mu vjerujemo da će se pobrinuti za prekršitelja i da će nas izliječiti. Opraštanje je, dakle, naša odluka i traženje Božje pomoći. Tada će otpočeti iscjeljenje naših rana.

3. Opraštanje ne znači razriješiti osobu od krivice! Opraštanje omogućuje vama da se oslobodite, ali ne razrješuje od krivnje onoga koji je nešto loše učinio. Svatko će odgovarati za ono što je učinio, ili pred zakonom ili pred Bogom, ili na oba načina.

Naravno da nam je opraštanje teško jer se protivi našem shvaćanju pravde. Često želimo osvetu za nanesene povrede i mislimo da je to pravedno. Ali, znamo da ne smijemo sami posezati za osvetom (Rim 12,19). Osveta više štete nanosi nama, nego što kažnjava prekršitelja. Božja će pravda prevladati i nitko joj neće izbjeći.

Nemojte misliti da oni koji nas ranjavaju neće odgovarati za to, ali to moramo prepustiti Bogu. A da bi se

on mogao baviti time, moramo oprostiti tj. *otpustiti* uvreditelju i *prepustiti* Bogu da preuzme našu bol.

Netko se može pitati: "Zašto bih ja oprostio uvrediteljima?" Upravo je u tome problem – jer još uvijek smo vezani za njih. Vezani smo za našu prošlost ako ne oprostimo. Oprostiti ne znači razriješiti osobu od krivnje, već sebe osloboditi od onoga što nam je učinjeno.

4. Ali, vi ne razumijete koliko me ta osoba povrijedila! Problem je u tome što svojim nepraštanjem dopuštamo toj osobi da nas i dalje vrijeđa. Pitanje je: kako prekinuti tu bol? Jedini odgovor je: opraštanjem!

Važno je razumjeti da ne opraštamo nekome samo zbog njegove koristi, nego to činimo za naše dobro da bismo bili slobodni. Naša potreba za opraštanjem nije toliko odnos između mene i onoga tko me je povrijedio, nego je to prije svega odnos između mene i Boga.

5. Opraštanje je prihvaćanje da živimo s posljedicama tuđeg grijeha! Visoka je cijena opraštanja. Kad praštamo, plaćamo cijenu nečijeg zla. Morat ćemo živjeti s posljedicama tuđeg grijeha, htjeli to ili ne. Naš je jedini izbor u tome: hoćemo li ostati u ropstvu gorčine i nepraštanja ili ući u slobodu opraštanja?[14]

Isus je preuzeo na sebe posljedice naših grijeha. Svako pravo opraštanje je zamjensko (*engl*. substitutio-

[14] "Opraštanje je vrhunac kršćanske molitve", Usp. *KKC* 2844.

nal), jer nitko ne oprašta a da ne snosi posljedice tuđeg grijeha. Božja riječ kaže: *"Njega koji ne okusi grijeha Bog za nas grijehom učini da mi budemo pravednost Božja u njemu"* (2 Kor 5,21).

Mogli bismo se zapitati: A gdje je pravda i dokle više opraštati? Kad razmotrimo značenje Isusova križa, shvatit ćemo da on čini svako opraštanje legalnim i moralno ispravnim. To ne znači da grijeh trebamo tolerirati. Uvijek moramo ustati protiv grijeha, no prekršitelja trebamo prepustiti Bogu i nastaviti živjeti svoj život. Poslanica Rimljanima kaže: *"Što umrije, umrije grijehu jednom zauvijek; a što živi, živi Bogu"* (Rim 6,10). Isus nam ukazuje na to kakav stav trebamo imati o opraštanju: *"Ne kažem ti do sedam puta, nego do sedamdeset puta sedam"* (Mt 18,22).

6. Kako oprostiti od srca? Najprije trebamo priznati sebi da smo povrijeđeni i da postoji u nama odbojnost prema uvreditelju pa čak i mržnja. Ako opraštanje ne izlazi iz emocionalnog središta našeg života, bit će nepotpuno. Zato je prvi korak priznanje vlastite boli, povrijeđenosti. Mnogi osjećaju bol zbog međusobnih uvreda. Žive jedni s drugima i komuniciraju pod maskama, a uz malo poniznosti i iskrenosti mogli bi pomoći i sebi i drugima. Stoga dopustimo Bogu da nam pomogne iznijeti bol na površinu kako bi je on mogao sanirati. Tu se onda počinje događati Božje iscjeljenje. On nam pomaže oprostiti.

"Zato odložite laž i govorite istinu jedan drugomu jer udovi smo jedni drugima. Srdite se, ali ne griješite! Sunce nek ne zađe nad vašom srdžbom i ne dajite mjesta đavlu" (Ef 4,25-27).

Nemojte odgađati opraštanje! Mnogi ne opraštaju jer misle da trebaju imati osjećaj i potrebu oprostiti. Na taj se način nikada ne dolazi do opraštanja. Osjećajima treba vremena da zacijele, pa i nakon donesene odluke da oprostimo. Važno je ući u opraštanje, jer Sotona time gubi bitku. Praštajući stječemo duhovnu slobodu i otvaramo se većoj mogućnosti da ljubimo.

"Kad mrzimo činimo zlo sami sebi, a kad ljubimo činimo sebi dobro." [15]

Ljubomora i zavist! Izrazito treba paziti da nas ne zahvati ljubomora i zavist. Kada je netko ljubomoran i zavidan na tuđi uspjeh, može zbog toga osjećati nelagodu te isticati samo loše strane takve osobe. Često se obrambeni mehanizam ljubomornih osoba pokazuje u izjavama: "nisam ljubomoran, nisam zavidan" ili "drugi su ljubomorni i zavidni". Da ne bismo upali u takvo ropstvo, uvijek se preispitujmo i radujmo se tuđem uspjehu. *"Mirno je srce život tijelu, a ljubomora je gnjilež u kostima"* (Izr 14,30). *"Iznad svega čuvaj svoje srce jer iz njega izvire život"* (Izr 4,23). (Vidi: Jak 3,13-18).

[15] Sv. Ivan Zlatousti (344. – 407.), PG 58, 595.

7. Sažetak točaka o opraštanju!

- Opraštanje je prijeko potrebno da bismo mogli imati prijateljski odnos s Bogom.
- Opraštanje nije zaboravljanje.
- Opraštanje je vlastiti izbor i odluka.
- Otpuštanje prekršitelju je ono što nâs oslobađa.
- Mojim praštanjem prekršitelj nije odriješen od Boga.
- Nikada se ne osvećivati. Samo Bog može reći: "Osveta je moja" (Rim 12,19).
- Moramo priznati bol i mržnju zbog uvrede.
- Opraštanje znači da pristajemo živjeti s posljedicama tuđega grijeha, što bismo ionako morali.
- Pravda je na Križu. Bog nam uvijek pomaže oprostiti.
- Izbor je između ropstva gorčine ili slobode opraštanja.
- Opraštanje podrazumijeva da se protiv prekršitelja ne pozivamo na prošlost.
- Opraštanje ne znači da trebamo tolerirati grijeh ili zlostavljanje.
- Zašto opraštati? Da bi se zaustavila bol.
- Kada živimo u neopraštanju, prekršitelj i Zli nas i dalje mogu ranjavati.
- Opraštanje se događa između vas i Boga.
- Čin opraštanja je za naše dobro i za našu slobodu.

Razmislite kome sve trebate oprostiti. To su prije svega osobe zbog kojih osjećate gorčinu, koje su vas povrijedile ili razočarale na bilo koji način, ili kojima nešto predbacujete u sebi. Svakako uvijek uključite i najbliže (roditelje, braću i sestre, supružnika i sebe). Uvijek postoji nešto što bi se moglo oprostiti našim bližnjima, kao i samome sebi.

Praktične smjernice: Na listu papira načinite popis svih ljudi kojih se možete sjetiti, s kratkim bilješkama o tome što im morate oprostiti. Ako se ne sjećate imena, napišite ono čega se sjećate, kao na primjer "osoba koja je imala crvenu kapu". Ako se pak ne možete sjetiti što bi konkretno trebalo oprostiti uvreditelju, i to je u redu, oprostite mu što god to bilo. Bog zna o čemu se radi i da vam je praštanje potrebno, jer se osjećate povrijeđeni.

Kad završite popis, zamolite Duha Svetoga da vam u pamet dozove osobe koje ste zaboravili. Nije neobično da zaboravimo ili da iz naše svijesti potisnemo neugodnosti i imena osoba koje su nas povrijedile. Te skrivene povrede i rane također trebaju izlječenje. Zato zamolite Duha Svetoga da vam u sjećanje prizove svakoga koga ste možda zaboravili, a komu trebate oprostiti. Počnite sa sljedećom molitvom:

PRAŠTANJE NASUPROT NEPRAŠTANJU

Dobri Bože, milosrdni Oče,
prosvijetli mi pamet da se mogu prisjetiti
svih osoba koje su me povrijedile,
zbog kojih sam ogorčen i žalostan,
kojima predbacujem i nisam im oprostio uvrede
i nepravde koje su mi nanijeli.

Osnaži me svojom milošću praštanja,
da mogu oprostiti svima.
Tebi izručujem svoje uvreditelje.
Neka moja duša ozdravi ovim praštanjem,
kako bih mogao živjeti pravim kršćanskim životom,
ispunjen ljubavlju i milosrđem. Amen.

- Sada ostanite u molitvenoj tišini i zapisujte imena ljudi kojima trebate oprostiti ili bolne događaje.

- Zatim zamolite Gospodina da vam pomogne sjetiti se možda još nekih osoba od kojih ste povrijeđeni.

Molitvu koju donosimo u nastavku moramo izmoliti za svaku osobu kojoj trebamo oprostiti. Ne prelazite na drugu osobu na popisu dok ne budete sigurni da ste se uistinu suočili i prisjetili boli.

Dok molite, Bog može u vaše sjećanje prizvati razne ljude koji su vas povrijedili, i iskustva koja ste možda zaboravili. Dopustite Bogu da to učini čak i ako je

bolno. Sjetite se da je proces opraštanja za vaše dobro i kako Bog želi da budete slobodni.

Budite također svjesni da, opraštajući prekršitelju, ne treba racionalizirati i objašnjavati njegove postupke. Opraštanje iscjeljuje bol same žrtve, ono iscjeljuje vašu patnju, a ne opravdava prekršitelja. Pozitivni osjećaji će nastupiti s vremenom, a opraštanje će vas osloboditi od tereta prošlosti, u onome što je vaš ključni problem.

Ako ste spremni oprostiti za proslavu Boga i za vaše dobro, tim činom ćete ući u slobodu od ropstva nepraštanja. Kristovom milošću bit ćete slobodni od bolne prošlosti i od osoba koje su vas povrijedile. S tom raspoloživošću možete početi sa sljedećom molitvom!

MOLITVA PRAŠTANJA

Dobri Bože, milosrdni Oče,
udijeli mi milost praštanja, da mogu oprostiti
svima koji su me povrijedili.

Iako se i dalje osjećam povrijeđenim od tih ljudi
i osjećam zbog njih nelagodu i srdžbu,
znam da su oni tvoja djeca i da ih ljubiš više
nego što ja mogu i zamisliti.

Ponizno te molim: pomozi mi oprostiti!
Odbacujem od sebe svaku ogorčenost, zamjeranje,
srdžbu i mržnju prema mojim uvrjediteljima,
i odlučujem da im oprostim.

Oče, pouči me da uvijek budem milosrdan i blag,
i uvijek spreman oprostiti.

Daj mi milost praštanja, jer *u tebe je praštanje*
***da bismo ti služili*. Amen.**

* **Gospodine, opraštam svome uvreditelju**
[*recite ime i prezime uvreditelja*] **za** [*navedite uvrede, bolna sjećanja ili nepravedne postupke*].

* **Molim te, Bože, da ga ti blagosloviš i ozdraviš!**

* *Recite ime uvreditelja... zatim molite:*
Neka te Bog blagoslovi i ozdravi! Amen.[16]

[16] Ovu molitvo možete ponavljati više puta, primjenjujući je na svaki pojedini slučaj, sve dok ne dobijete nutarnji mir.

MEDITATIVNA MOLITVA PRAŠTANJA

(*dodatak*)

Sljedeća molitvena vježba je meditativnog karaktera. Osjećate li potrebu produbiti molitvu praštanja, ova će vam vježba biti od velike koristi na tome putu.

1. Stavite se u Božju prisutnost. Zapravo si posvijestite da ste u Božjoj prisutnosti.

2. Nastojte ući u sebe, usredotočite pozornost na svoju nutrinu. Primijetite kucanje svoga srca i njegovu toplinu. (Duh Sveti vas prožima svojom Božanskom ljubavlju i nježnošću. On je u vama).

3. Postavite sebi pitanje: Što je za mene oproštenje? Koje dobro donosi? (Sjetite se nečega što vam je Bog oprostio i proživljavajte radost tog trenutka).

4. Sada zamolite Isusa da pred vas dovede osobu kojoj trebate oprostiti. (Pogledajte tu osobu i primijetite što u sebi osjećate dok je gledate).

5. Dopustite da na površinu izađu svi osjećaji koje nosite u sebi, u svezi te osobe.

6. Posvijestite si da ste u Marijinoj nježnoj prisutnosti. Svu bol i nelagodu koju osjećate zbog povrijeđenosti predajte njoj. I sebe izručite (posvetite) Njezinu Bezgrješnom Srcu.

7. Pozovite Isusa da uđe u vaše rane i osjećaje, u vaše reakcije. Svu svoju bol donesite pred njegov Križ.

8. Zamolite ga da On oprosti vašem uvreditelju.
   - Zamolite ga milost da i vi možete oprostiti svome uvreditelju.

9. Dopustite da ta osoba dođe posve blizu vas.
   - Šapćite toj osobi: 'Opraštam ti…'
   - Govorite toj osobi sve što joj konkretno opraštate.

10. Posvijestite si da i ta osoba vjerojatno pati od nečega, da je možda prestrašena i povrijeđena.
    - Zatražite da i ona vama oprosti...
    - Posvetite je i predajte Srcu Isusovu i Marijinu.
    - Dajte joj vremena da primi oproštenje.

11. Stavite joj znak križa na čelo i recite iskreno: 'Neka te Bog blagoslovi i ozdravi.'
    - Dopustite joj da s vašim blagoslovom ode slobodna i preobražena tim oproštenjem.
    - Primijetite da je za vas uvreda okončana.

12. Nađite načina da se radujete svom ozdravljenju po ovom činu oproštenja.

    - Na kraju: zahvalite Ocu što vas je obdario darom praštanja i uveo u novu slobodu.
    - Sada izmolite *Oče naš*… i završite sa sljedećom molitvom:

Dobri Bože, milosrdni Oče, zahvaljujem ti za milost praštanja. Daj da po tom daru postanem što sličniji tvome Sinu Isusu, koji nije dao da ga svlada nepravda i mržnja neprijatelja, nego je svojom ljubavlju i praštanjem pobijedio svijet. To te molim, po istom Kristu, Gospodinu našem. Amen.

Ovu meditativnu molitvu je preporučljivo češće prakticirati i zapisati pokrete u duši, tako da prepoznate pozitivne učinke molitve, ali i zapreke kojih se još trebate osloboditi. Primijetite kako se odvijao tijek molitve i jeste li negdje osjetili opiranje. Zadržite se na onim točkama gdje osjećate utjehu ili potrebu. Tražite prosvjetljenje Duha Svetoga da vam pokaže što možete učiniti da sljedeće ponavljanje ove vježbe bude učinkovitije.[17]

Zatražiti oproštenje od drugih! Ne propustite zatražiti oproštenje od onih koje ste vi povrijedili! Svi smo isprepleteni ljudskim slabostima, stoga su povrede neminovne. Odgovorni kršćani sami sebe i svoje postupke kritički propituju. Zato prihvatite i svoj dio krivnje ako su vam negdje poremećeni ljudski odnosi, te zatražite oproštenje. To je oznaka velikodušnog kršćanina.

[17] Tekstovi koji nam mogu pomoći da bolje shvatimo molitvu opraštanja: Usp. Mt 18,21-22; Rim 2,1-4; 2 Kor 2,10-11; Mt 18,34-35; Lk 6,36; Ef 4,31-32; Jer 31,34; Ps 103,2-3; Rim 12,19-21; 2 Kor 5, 21; Mt 5,23-24; Lk 2,51b; Ef 4,26-27; 1 Iv 4,20. *KKC*, 2838-2845.

U Božjoj prisutnosti ponizno pitajte Gospodina jeste li koga povrijedili i u čemu. Zatim zatražite oproštenje od onoga koga ste povrijedili, najprije u duhu, a onda, ako je ikako moguće, nastojte se susresti s tom osobom, zatražiti oproštenje i izmiriti se.

Možda ćete biti potaknuti da u prisutnosti Gospodinovoj napišete pismo isprike osobi koju ste povrijedili. Vrlina zrela čovjeka očituje se u tome da je spreman zatražiti oproštenje; to nije slabost nego krepost. Katkada je to nužan preduvjet da bi vas Gospodin obdario većim darom slobode i ostalim darovima. Vaša molitva i pobožnost može biti jalova dok ne ispunite ovaj Isusov preduvjet:

"Ako dakle prinosiš dar na žrtvenik pa se ondje sjetiš da tvoj brat ima nešto protiv tebe, ostavi dar ondje pred žrtvenikom, idi i najprije se izmiri s bratom, a onda dođi i prinesi dar" (Mt 5,23-23).

Da bi vaša molitva za drugoga bila uslišana, tj. Bogu ugodna, morate oprostiti onome za koga molite i u svome srcu otvoriti se ljubavi prema toj osobi, jer Duh Božji može priopćiti svoje milosti, bilo za nas ili za druge, samo ako molimo u ljubavi.

- Korak 5 -

SPOZNATI TKO SMO U KRISTU

Da bi se postigla sloboda, važno je znati tko ste u Kristu. Bog je krštenima dao moć da postanu djeca Božja (*usp.* Iv 1,12). Stoga treba preispitati predodžbu (sliku) koju imate o sebi, afirmirati istinu o Bogu i o sebi, o svojim odnosima i stavovima prema Njemu i sagledati realno kakav život živite.[18]

Naši stavovi često pokazuju da ne poznajemo dovoljno svoje dostojanstvo, identitet djeteta Božjeg.[19] Važno je znati na kakav nas je položaj Bog uzdigao u Kristu. To nas potiče da uspostavimo bolji odnos s njim ali i da budemo neustrašivi pred silama zla. (Usp. Lk 10,19).

Na ovome području postoje mnoge samo-obmane! Na primjer, možemo govoriti sebi: "neću uspjeti" ili "volio bih da mogu vjerovati u to, ali ne mogu." Ili se možda događaju i izravnije obmane i poricanja koja se tiču Božjih obećanja za nas, djecu njegovu.[20]

---

[18] Podrobnije o ovoj temi pogledajte u *Katekizmu Katoličke Crkve*, 1691.-1698., pod naslovom Život u Kristu.

[19] Usp. *Preobražavjuća snaga vjere*. Kateheza Pape Benedikta XVI. Na općoj audijenciji, 17. listopada 2012.

[20] *"Gledajte koliku nam je ljubav darovao Otac: djeca se Božja zovemo, i jesmo"* (1 Iv 3,1).

Područja na kojima možemo pasti u zabludu su uglavnom sljedeća:

1. Samo-obmana

(govoriti sebi stvari koje nisu istinite)

- Slušati Božju riječ, ali misliti da ne moramo tako činiti (Jak 1,22; 4,17).
- Misliti da nemamo grijehâ i da ne griješimo (1 Iv 1,8).
- Misliti da nas je Bog napustio (Rim 8,35-39).
- Misliti da nas Bog ne voli (Iv 3,16).
- Misliti da nam Bog ne može i neće oprostiti (1 Iv 1,9).
- Misliti da nešto jesmo iako to nismo (Gal 6,3).
- Vjerovati da nećemo žeti ono što sijemo (Gal 6,7).
- Misliti da smo pametni i mudri zato što živimo u 21. stoljeću (1 Kor 3,18-19).
- Misliti da će nepravednici doći u nebo (1 Kor 6,9).
- Misliti da se možemo družiti s lošim društvom a da pritom nećemo biti korumpirani (1 Kor 15,33).
- Misliti da je pravedno ne prihvaćati obraćenike koji su nekada bili progonitelji (1 Kor 15,9).
- Misliti da se ne moramo ispričati za zlo koje smo drugima nanijeli (Lk 19,8).
- Misliti da ništa ne vrijedimo i da je bolje da ne postojimo (Iz 43,4).

2. Samo-obrana

(kada se branimo umjesto da vjerujemo Kristu)

- Protivljenje (svjesno ili nesvjesno).
- Maštanje (bijeg iz realnoga svijeta).
- Emocionalna izolacija (povlačenje u sebe kako bi se izbjegla odbačenost).
- Bijeg u prošlost (odlazak u manje opasno vrijeme u prošlosti).
- Krivo prebacivanje (iskaljivanje svoje frustracije na drugome).
- Projekcija (prenošenje vlastitog problema na drugoga, okrivljavanje drugih).
- Racionalizacija (braniti se putem verbalnih izljeva).

Da bismo se uhvatili u koštac s ovakvim ili sličnim obmanama, moramo se vježbati u vjeri. Vjera je odaziv na Istinu koju je Bog objavio. Ona je Božji dar ali joj i mi moramo dati svoj slobodni pristanak! Ona je izbor a ne osjećaj. Ako kažemo: "Ja želim vjerovati Bogu, ali jednostavno ne mogu", onda sami sebe obmanjujemo. Naravno da možemo vjerovati Bogu, jer nam Bog daje tu milost. Vjera je nešto što odlučujemo činiti i živjeti, a ne nešto što trebamo osjećati pa da bismo onda činili. Vjerovati u istinu ne čini istinu istinom, nego je to istina (po sebi) i zbog toga u nju vjerujemo.

Preispitajte se i procijenite kakvi ste, obzirom na područja "samo-obmane" i "samo-obrane." Zatim molite sljedeću molitvu:

ISTINA NASUPROT OBMANI

Dragi Bože,
ti želiš da istina ravna mojom nutrinom.
Tvoja riječ kaže: ***Istina će vas osloboditi*** (Iv 8,32)**.**
Stoga te molim za hrabrost suočiti se s istinom,
licem u lice, tek tada ću biti slobodan.
Priznajem da sam koji put bio prevaren od oca laži
i da sam i sâm sebe obmanjivao,
nasjedajući na njegove laži.

Sada te molim, u ime Gospodina Isusa Krista,
po zagovoru Blažene Djevice Marije,
Majke Božje, Svetoga Josipa, Svetog Mihaela
Arkanđela, svetih apostola Petra i Pavla,
po molitvama svih Svetih i Anđela nebeskih:
ukori sve prijevarne duhove, po prolivenoj Krvi
i uskrsnuću Gospodina Isusa Krista.

Hvala ti Oče, što sam po krštenju
postao tvoje ljubljeno dijete
primivši vjeru u Isusa Krista,
s kojim sam već sada uzdignut u nebesa (Ef 2,6).

Naredi svim prijevarnim duhovima
koji me obmanjuju i lažu,

da me odmah napuste i zauvijek odu od mene.
Dođi, Duše Sveti, i uvedi me u svu istinu.

Pronikni me svega, Bože, srce mi upoznaj,
iskušaj me i upoznaj misli moje:
pogledaj, ne idem li putem pogubnim,
i povedi me putem vječnim (Ps 139).

Sveta Marijo, po kojoj se obnavlja svaki stvor,
moli Isusa da me obnovi Duhom Istine. Amen. [21]

Kada spoznajemo istinu o sebi, prevladavamo varke "samo-obmane" i mehanizme "samo-obrane" (budući nas one sprječavaju uvidjeti tko smo). Spoznavanje Istine omogućuje razumijevanje naše vjere i položaja u Kristu, jer po Kristu naši životi imaju smisao i puninu.

Sada slijedi lista svetopisamskih istina o tome tko ste u Kristu. Često čitajte i s vjerom ponavljajte ove navode, onoliko koliko je potrebno. Važno je te tvrdnje Božje riječi razumjeti, prihvatiti i srcem im povjerovati. Potrebno je provoditi vrijeme u molitvenom čitanju ovih istinitih tvrdnji kako bi zaživjele u vašem umu i srcu. Tada će one Božjom milošću postati dio vas. Obrasci koji slijede ujedno sadrže bit našega vjerovanja:

[21] Za dodatno pojašnjenje ove molitve: Usp. Iv 8,32; 8,44; 16,13; Ef 2,6; 4,25; 1 Iv 1,8; Ps 32,2; Ps 139,23-24; *KKC* 2464-2513.

U ime Oca i Sina i Duha Svetoga. Amen.

Ja, (izrecite svoje ime)

Izjavljujem i potvrđujem svoju kršćansku Vjeru koja je sadržana u ovim biblijskim istinama:
Ispovijedam da postoji samo jedan istiniti i živi Bog (Izl 20,2-3),
Otac, Sin i Duh Sveti (Mt 28,19)**.**

On je dostojan svake časti, slave i štovanja.
On je Stvoritelj i Svedržitelj,
Početak i Svršetak svega stvorenoga (Otk 4,11; 5,9-10; Iz 43,1.7.21)**.**

Ispovijedam da je Isus Krist Spasitelj svijeta,
Riječ koja je tijelom postala
i nastanila se među nama (Iv 1,14)**.**

On je došao da uništi djela đavolska (1 Iv 3,8)**.**

Bog je pokazao svoju ljubav prema meni grešnome kada je Isus Krist na križu umro za mene (Rim 5,8)**.**

On me je istrgnuo iz vlasti tame
i prenio u kraljevstvo svoje ljubavi (Kol 1,13-14)**.**

Ja sam ljubljeno dijete Božje (1 Iv 3,1-3)**.**
Moj položaj je na nebesima u Kristu (Ef 2,6)**.**

Spašen sam milošću Božjom po vjeri
ljubavlju djelotvornom (Gal 5,6)**.**

Izjavljujem pred svim svemirom,
ljudima i anđelima,
pred svim stvorenjima, malim i velikim,
i pred svim paklenim bićima:
Isus Krist je moj Gospodar! (1 Kor 12,3)**.**

Odbacujem sva djela Sotone i njegovih podanika.

Vjerujem Gospodinovoj riječi
da će me Istina osloboditi (Iv 8,32)
i da je život u Njegovu svjetlu vjere
jedini put zajedništva i slobode (1 Iv 1,7)**.**

Kao kraljevski baštinik Božjega doma,
stojim protiv svih sotonskih obmana i laži,
i ispovijedam sav nauk svete katoličke Vjere,
te svaku misao podređujem Kristu (2 Kor 10,5)**.**

Prikazujem svoje tijelo Bogu,
kao oružje pravednosti, za žrtvu živu i svetu,
i podređujem svoj um živoj Božjoj Riječi,
kako bih mogao razabrati što je Božja volja,
što je dobro, Bogu ugodno i savršeno
(Rim 6,13; 12,1-2).

Oče nebeski, ponizno te molim
da me ispuniš Duhom Svetim (Lk 11,13; Ef 5,18).
Neka me Duh Sveti uvede u svu istinu (Iv 16,13)
i osposobi da živim u milosti, izvan grijeha,
ne udovoljavajući požudama tijela (Gal 5,16).

Neka je moje tijelo raspeto sa svim strastima:
izabirem živjeti po Duhu Svetom (Gal 5,16. 24).

Izvršavajući ove čine ispovijedanja biblijskih istina,
koje su duboko utkane u polog svete Vjere,
odričem se svakog sebičnog cilja
i odabirem konačni cilj, a to je ljubav (1 Tim 1,5)**.**

Odlučujem biti poslušan najvećoj zapovijedi:
ljubiti Boga svoga, svim srcem svojim,
svom dušom svojom, i svim umom svojim,
a bližnjega svoga kao samoga sebe (Mt 22,37-39)**.**
Amen.

Oče naš…

- Korak 6 -

SLAVITI BOGA, MOLITI I POSTITI

Slaviti Boga kao crkvena obitelj

Jedna od omiljenih sotonskih laži jest ta da ne trebamo "zajednicu vjernika", odnosno Crkvu kao svoju obitelj.

Iako je točno da je Bog sveprisutan, i da je slaviti ga svagdje i na svakome mjestu zdravo i dobro, ali pogrešno je vjerovati da je Crkva nepotrebna. Od najranijih vremena kršćanstva, zajednice vjernika okupljale su se na Dan Gospodnji kako bi slavile misu i primale euharistijskog Gospodina.

Sveto pismo vrlo jasno govori o važnosti pohađanja crkve, a poslušnost autoritetu Crkve ne samo da je obveza nego nas štiti od zla i čini nam dobro. Crkva, zajedno sa svojim voditeljima i članovima, predstavlja mistično Tijelo Kristovo na zemlji. Ne slušati crkveni nauk o vjeri i moralu znači odbaciti Kristov nauk. Ne odlaziti u crkvu neposluh je Kristu. Poslanica Hebrejima jasno govori o tome:

"Imamo dakle, braćo, slobodan ulaz u Svetinju po krvi Isusovoj - put nov i živ što nam ga On otvori kroz zavjesu, to jest svoje tijelo; imamo i Velikog svećenika nad kućom Božjom. Pristupajmo stoga s istinitim srcem

u punini vjere, srdaca škropljenjem očišćenih od zle savjesti i tijela oprana čistom vodom. Čuvajmo nepokolebljivu vjeru nade jer je vjeran Onaj koji dade obećanje. I pazimo jedni na druge da se potičemo na ljubav i dobra djela te ne propuštamo svojih sastanaka, kako je u nekih običaj, nego se hrabrimo, to više što više vidite da se bliži Dan" (Heb 10,19-25).

Sam Isus nam govori u Ivanovu evanđelju 6,54-56 (pored ostalih odlomaka) da moramo pristupati sakramentima kako bismo baštinili vječni život, a Crkva je djeliteljica svetih sakramenata:

"Tko blaguje tijelo moje i pije krv moju, ima život vječni; i ja ću ga uskrisiti u posljednji dan. Tijelo je moje jelo istinsko, krv je moja piće istinsko. Tko jede moje tijelo i pije moju krv, u meni ostaje i ja u njemu" (Iv 6,54-56).

Crkva, u poslušnosti Kristu i njegovim apostolima, zahtijeva od nas da sudjelujemo na svetoj misi svake nedjelje i na zapovjedne blagdane, a pohvalno je ako to možemo činiti svaki dan. Biblija jasno ističe da se moramo pokoravati ne samo Kristu, već i njegovoj Crkvi, koja je zapravo njegovo mistično Tijelo:

"Poslušni budite svojim glavarima i podložni jer oni bdiju nad vašim dušama kao oni koji će polagati račun" (Heb 13,17).

Pobožnost i molitva u obiteljskom domu

Izrazito je važno slaviti i moliti kao zajednica u krugu obitelji.[22] Pored sudjelovanja na svetoj misi, obitelj kao zajednica trebala bi ići na klanjanje Presvetom oltarskom Sakramentu, moliti Krunicu, moliti molitve svecima zaštitnicima obitelji i njezinih članova, kao i obdržavati vjernički post. Idealno bi bilo ako obitelj može zajednički moliti Božanski Časoslov. Blagoslov prije jela samo je uvod obiteljske potrebe da se kod kuće moli i prakticiraju pobožnosti. Slavljenje i molitva u obitelji, u župi, u molitvenoj zajednici, klanjanje pred Presvetim i drugi oblici zajedništva, ključni su za razvoj duhovnog zdravlja obitelji i svih njezinih članova.

Takve obiteljske pobožnosti stvaraju temelje za sve ono što se iz vlastitog doma odnosi u svijet škole, posla i društva. Kršćanin iz takve obitelji, koji kao vojnik bdije u molitvi, ljubavi i dobrim djelima, postaje Božji pravednik koji po njegovoj milosti odolijeva svim kušnjama. Kako stoji u Poslanici Svetoga Jakova: *"Blagoslovljen čovjek, koji pretrpi napast, jer, kad bude prokušan, primit će vijenac života, koji je Gospodin obećao onima, koji ga ljube"* (Jak 1,12).[23]

Molitva je vrlo važna, kako u krugu obitelji tako i osobna. Važna je, ne samo zato što je kao kršćani tre-

[22] "Obitelj koja zajedno moli, ostaje zajedno", Sv. Ivan Pavao II.
[23] Usp. Mudr 3,1; Hab 2,4; Ez 18,19-20; Rim 1,17.

bamo prakticirati, već zbog toga što je molitva komunikacija s našim Stvoriteljem. Molitva stvara duboku ljubav i povezanost s Njim. Što više ovisimo o Bogu, on nam postaje sve bliži kao što smo i mi njemu bliži, sve do sjedinjenja s njim.

Kada se stavljamo uz Boga komunicirajući s njim u svako doba, u svim situacijama i osobnim odlukama, tada se naše srce sjedinjuje s Njegovim. A srce ujedinjeno sa Stvoriteljem obiluje milostima i blagoslovima.

Molitva i duhovna borba

Pored svega navedenog, zdrava molitva razbija krive stavove koje su nam svijet i zlodusi mogli nametnuti. Bez molitve ne možemo se nadati da ćemo biti oslobođeni od duhovnih tegoba. Nije tajna da je molitva, slavljenje, pobožnost i život u Isusu Kristu sa svim što on obuhvaća, rješenje ne samo za oslobođenje od duhovnih tegoba, već i za potpunu pobjedu u Kristu. Tek tada i životni križevi dobivaju potpuniji smisao.

Kada nastojite rješavati duhovne tegobe, možda će vam trebati posebni molitveni obrasci i postupci. Sveto pismo kaže da postoje određeni demoni koji će odstupiti jedino uz post i molitvu: *"Ovaj se rod ničim drugim ne može izagnati osim molitvom i postom"* (Mk 9,29). Ako post može pobijediti i najjačeg od otpalih anđela, koliko je tek jaka žrtva koju možemo učiniti!

Molitva Svete Krunice

O snazi molitve Svete Krunice gotovo da nije potrebno ni govoriti jer o njoj nam svjedoče toliki sveti. No, ipak spomenimo neke primjere, ne bi li nas potakli na što revnije moljenje ove tako dragocjene molitve.

Sv. Ivan Pavao II., kao svijetli primjer ove pobožnosti, rekao je: *"Krunica je moja najdraža molitva"*.

Ta pobožnost ima svoju dubinu jer u srcu ove molitve je Isus i njegov život, kojeg razmatramo zajedno s Marijom. U tome je smislu i papa Pavao VI., rekao: *"Krunica je sažetak cijelog Evanđelja"*.

Sv. Ljudevit Monfortski (1673.-1716.), apostol Krunice, kaže: *"Krunica je najmoćnije oružje za dodirnuti Srce Isusovo, Srce našega Otkupitelja, koji je toliko volio Svoju Majku"*.

Molitva Krunice ima svoju dinamiku, od jednostavnih molitvenih izričaja, dok izgovaramo Zdravo Marijo, osjećajući Njezinu majčinsku nježnu prisutnost, sve do uzvišenih kontemplativnih promatranja Isusova života. No, da bi se došlo do takvih molitvenih stavova, koji nas uzdižu i duhovno izgrađuju, potrebna je ustrajnost i sabranost u ovoj molitvi. Ta molitva je neprijatelju velika zagonetka i smetnja, upravo zato jer je s moliteljima prisutna Gospa. U zajedništvu smo s Njom koja nam u srce donosi Isusa, svoga Sina.

Moleći ustrajno ovu molitvu, pojedinačno i zajednički, neprijatelj mora odstupiti, jer *"Krunica je bičevanje đavla",* kako reče papa Hadrian VI (1459.-1523.).

Molitva Krunice nam donosi radost a odnosi od nas tugu i usamljenost. Po toj molitvi Majka je uvijek s nama. Ona nam obznanjuje autentičnog Isusa. Ona, koja ga je rodila najbolje ga i poznaje.

Sv. Ivan Bosco (1815.-1888.), promatrajući vesele i marljive odgajanike u svome Zavodu, reče jednom posjetitelju: *"Znajte, kada bih uklonio iz Zavoda moljenje Svete Krunice, u isti tren nestalo bi iz mog Oratorija i reda i rada i nauke i veselja".*

Molitva Krunice je kod pojedinih naroda imala presudnu ulogu u zaštiti od zla. Vjerujem da svi katolički narodi imaju svoje svijetle primjere, muževe i žene, koji su iskustveni svjedoci ove snažne pobožnosti.

Kako reče Sv. Ivan Pavao II.: *"Blagoslovljena Marijina Krunica je slatka zaštita koja nas veže uz Boga."* [24]

A Papa Franjo, obraćajući se laičkim pokretima rekao je: *"Ima nešto što mi daje snagu svakog dana – to je molitva krunice."* [25]

[24] *Rosarium Virginis Mariae*, usp. 39. sl., Sv. Ivan Pavao II.
[25] Papa Franjo, Hodočašće laičkih pokreta, 18.-19.5.2013., Vatikan.

- Korak 7 -

ŽIVJETI PO VJERI I OSTATI VJERAN

Usvojimo li sve savjete i preporuke iz prethodnih šest koraka, naše ozdravljenje i oslobođenje još uvijek neće biti potpuno ukoliko ne vršimo djela vjere. Dobra djela i čini milosrđa prirodno su ishodište naše vjere i nužni su za življenje autentičnog kršćanskog života. Nije dovoljno samo vjerovati, jer Sv. Jakov nas upozorava:

"Ti vjeruješ da je jedan Bog? Dobro činiš! I đavli vjeruju, i dršću. Hoćeš li spoznati šuplja glavo da je vjera bez djela jalova?... Jer kao što je tijelo bez duha mrtvo, tako je i vjera bez djelâ mrtva" (usp. Jak 2,19-26).

Također, ukazuje i na to da je isprazan svaki čovjek koji ne čini djela vjere, tj. ne živi po Božjoj riječi:

"Budite vršitelji riječi, a ne samo slušatelji, zavaravajući sami sebe. Jer ako je tko slušatelj riječi, a ne i izvršitelj, sličan je čovjeku koji motri svoje rođeno lice u zrcalu: promotri se, ode i odmah zaboravi kakav bijaše. A koji se ogleda u savršenom zakonu slobode i uza nj prione, ne kao zaboravan slušatelj nego djelotvoran izvršitelj, blažen će biti u svem djelovanju svome" (Jak 1,22-25).

Apostol Pavao u Poslanici Korinćanima potiče na neprestanu revnost:

"Sve činim poradi evanđelja da bih i ja bio suzajedničar u njemu. Ne znate li: trkači u trkalištu svi doduše trče, ali jedan prima nagradu? Tako trčite da dobijete. Svaki natjecatelj sve moguće izdržava; oni da dobiju raspadljiv vijenac, mi neraspadljiv. Ja dakle tako trčim - ne kao besciljno, tako udaram šakom - ne kao da mlatim vjetar, nego krotim svoje tijelo i zarobljavam da sâm ne budem isključen pošto sam drugima propovijedao" (1 Kor 9,23-27).

U poslanici Kološanima konstatira da postoje i zla djela od kojih se moramo otrgnuti prema dobru:

"On je prije svega i sve stoji u njemu. On je Glava Tijela, Crkve; on je Početak, Prvorođenac od mrtvih, da u svemu bude Prvak. Jer svidjelo se Bogu u njemu nastaniti svu Puninu i po njemu - uspostavivši mir krvlju križa njegova - izmiriti sa sobom sve, bilo na zemlji, bilo na nebesima. I vas, nekoć po zlim djelima udaljene i neprijateljski raspoložene, sada u ljudskom tijelu Kristovu, po smrti, sa sobom izmiri da vas k sebi privede svete, bez mane i besprigovorne. Samo ako ostanete u vjeri utemeljeni, stalni i nepoljuljani u nadi evanđelja koje čuste, koje se propovijeda svakom stvorenju pod nebom, a ja mu, Pavao, postadoh poslužiteljem" (Kol 1,17-23).

Život po vjeri i za vjeru treba ići do kraja. Na to nas potiče i II. vatikanski koncil u svojoj Deklaraciji o vjerskoj slobodi: "Neka kršćani, pristupajući u mudrosti k onima koji su vani, 'u Duhu Svetome, u ljubavi nehinjenoj, u riječi istine' (2 Kor 6,6-7), nastoje proširiti svjetlo života sa svim pouzdanjem i apostolskom hrabrošću sve do prolijevanja krvi." [26]

I stoga, recimo zajedno sa Sv. Pavlom: *"Jer ja se već prinosim za žrtvu ljevanicu, prispjelo je vrijeme moga odlaska. Dobar sam boj bio, trku završio, vjeru sačuvao. Stoga, pripravljen mi je vijenac pravednosti kojim će mi u onaj Dan uzvratiti Gospodin, pravedan sudac; ne samo meni, nego i svima koji s ljubavlju čekaju njegov pojavak"* (2 Tim 4,6-8).

Molite za to da ne okončate život bez dobrih djela te tako završite "sudbinom" demonâ. Valja nam činiti djela vjere slijedeći primjer Krista. Ustrajte u vjeri i neka vaš život bude živo Evanđelje jer ćete tada "spoznati istinu i istina će vas osloboditi" (Iv 8,32).

Dekret o apostolatu laika (Apostolicam actuositatem) konstatira: "Djela ljubavi i milosrđa predstavljaju najodličnije svjedočanstvo kršćanskoga života." [27]

[26] Dignitatis humanae 14.
[27] Apostolicam actuositatem 31.

Službeni savjet Crkve

Ovdje smo prikazali sedam koraka s konkretnim opisima nekih pojava. Smatramo te korake važnima za postizanje slobode kod osoba s duhovnim tegobama. Tih sedam koraka možemo sažeti u nekoliko točaka.

Sukladno Crkvenom obredniku, navest ćemo 5 vrsta lijekova koji su izvanredno korisni za osobe s velikim duhovnim potrebama. Naravno da su te stvari korisne i svima nama koji nailazimo na kušnje kada nastojimo živjeti po uzoru na Krista:

1. Kajati se i čistiti svoju savjest u dobroj ispovijedi.
2. Primati svetu Pričest što češće,
   (tko je u mogućnosti neka prima svakodnevno).
3. Tražiti milost Božju neprestano u molitvi,
   kao i u postu, koliko zdravlje dopušta.
4. U duhu snažne vjere služiti se sakramentalima,
   osobito zazivati Ime Isusovo,
   koristeći se križem i blagoslovljenom vodom,
   kao što predlaže Sv. Terezija Avilska.
5. Služiti se prikladnim molitvama za duhovnu borbu,
   koje su primjenjive u određenim situacijama.
   (vidi str. 72.). *"I Ne dajte se pobijediti zlom, nego dobrim svladajte zlo"* (Rim 12,21).

Zaključak

Kajanje, opraštanje, djela vjere, molitva, post, učestalo primanje svete Pričesti, i sve ostalo, što smo pozvani činiti kao dobri kršćani, jako je dobro, potrebno i korisno za ovaj život, a još više za život vječni. No, savjeti sadržani u ovih sedam koraka za oslobođenje (odnosno samooslobođenje) nisu neke "instant formule" (ili "brzi popravci"). Oni uključuju doživotno predanje svakoga koji osjeća duhovne tegobe. Osloboditi se od neprijateljskih svezanosti i paziti da se ne vrate, zahtijeva od nas ustrajno predanje Kristu i sjedinjenje s Njim. Uostalom, to se traži od svakog kršćanina.

Bit će teških vremenâ. Vjera će vam biti na kušnji. Demoni će se možda pokušati vratiti, ali ne će uspjeti ako vam život bude ispunjen Isusom Kristom. Sveto pismo govori o tome što oni čine kad budu izbačeni:

"A kad nečisti duh iziđe iz čovjeka, luta bezvodnim mjestima tražeći spokoja, ali ne nalazi! Tada rekne: 'Vratit ću se u kuću odakle iziđoh.' I došavši, nađe je praznu, pometenu i uređenu. Tada ode i uzme sa sobom sedam drugih duhova, gorih od sebe, te uđu i nastane se ondje. Na kraju bude s onim čovjekom gore nego na početku" (Mt 12,43-45).

Ne ostavljajte svoju kuću (tj. nutrinu) "praznu, pometenu i uređenu", nego je u molitvi ispunjavajte Duhom Svetim. (usp. Ef 5,18).

Nikada ne smijemo prestati biti na oprezu, već moramo biti budna duha. Kao što na svjetlo dana u svijet ne izlazimo bez odjeće, tako ne izlazite ni bez duhovne odjeće, tj. Božje zaštite. Stoga, kao završnu uputu, donosimo pouku Sv. Pavla upućenu Efežanima ali i svima nama:

"Ubuduće jačajte se u Gospodinu i u silnoj snazi njegovoj. Obucite svu opremu Božju da se mognete oduprijeti lukavstvima đavlovim. Jer nije nam se boriti protiv krvi i mesa, nego protiv Vrhovništava, protiv Vlasti, protiv upravljača ovoga mračnoga svijeta, protiv zlih duhova po nebesima. Zbog toga posegnite za svom opremom Božjom da uzmognete odoljeti u dan zli i održati se kada sve nadvladate.

Držite se dakle! Opašite bedra istinom, obucite oklop pravednosti, potpašite noge spremnošću za evanđelje mira! U svemu imajte uza se štit vjere: njime ćete moći ugasiti ognjene strijele Zloga. Uzmite i kacigu spasenja i mač Duha, to jest Riječ Božju. Svakovrsnom se molitvom i prošnjom u svakoj prigodi u Duhu molite. Poradi toga i bdijte sa svom ustrajnošću i molitvom za sve svete" (Ef 6,10-18).

Isus nas hrabri da nema beznadnog slučaja. Dok god živimo trebamo se nadati. U njega se uvijek možemo i moramo pouzdati, jer on reče: *"Hrabri budite, ja sam pobijedio svijet"* (Iv 16,33).

MOLITVENI PROCES ZA OSOBNO OSLOBOĐENJE

(Pripremio Centar Sv. Patra Pija za savjetovanje i oslobođenje)

NAPOMENA: ako postoje neispovjeđeni teški grijesi, svakako ih ispovjedite prije ove molitve. Korisno je kod znaka križa [†] *prekrižiti se blagoslovljenom vodom. Preporučujemo ovu molitvu moliti barem mjesec dana.*

1. DOVOĐENJE U KRISTOVU PRISUTNOST

Zatvaranje vrata grijesima

[Usp. Rim 6,4; Gal 2,20. 3,13; Ef 1,1-7. 2,5-6. 19-20; Kol 1,13; Mt 23,29-32; Lk 11,47-51; Izl 34,7; Br 14,18; Pnz 5,9; Job 1,1-22; Heb 7,7-1. *KKC* 1002 sl.]

U ime Oca i Sina † i Duha Svetoga. Amen.

Dragi Bože, milosrdni Oče, dolazim ti kao tvoje ljubljeno dijete. Sretan sam što sam otkupljen dragocjenom Krvlju tvoga ljubljenoga Sina, Gospodina našega Isusa Krista i što si nam poslao svoga Svetoga Duha.

Sada odbacujem od sebe sve svoje grijehe, grijehe mojih predaka i članova obitelji, i sve ono što je povrijedilo tvoju ljubav i dobrotu.

Bog nas izbavi iz vlasti tame i prenese u kraljevstvo Sina, ljubavi svoje (Kol 1,13).

Evo dao sam vam vlast da gazite po zmijama i štipavcima i po svoj sili neprijateljevoj i ništa vam neće naškoditi (Lk 10,19).

Hvala ti, Oče nebeski, što si me oslobodio od vlasti tame i prenio u kraljevstvo svoga ljubljenoga Sina. Hvala ti što si nam dao vlast nad zlima. Stoga, u Ime Isusovo poništavam sva prokletstva, čaranja, uroke, magiju i sva demonska djelovanja, ako su prenesena na mene nasljeđem mojih predaka, ili preko drugih članova obitelji, ili na bilo koji način.

Krštenjem smo dakle zajedno s njime ukopani u smrt da kao što Krist slavom Očevom bî uskrišen od mrtvih, i mi tako hodimo u novosti života. (Rim 6,4)

Budući da sam po Krštenju postao ljubljeno dijete Božje i ušao u novost života, u sili Duha Svetog poništavam sva prokletstva, čaranja, uroke, magiju i bilo koje zlo ako je došlo na mene.

Krist nas otkupi od prokletstva Zakona, postavši za nas prokletstvom. (Gal 3,13)

U zajedništvu sa svima Svetima, objavljujem Sotoni i svim njegovim slugama: Isus Krist je postao prokletstvom za mene, dok je bio raspet na Križu, da bi mene oslobodio od svakoga prokletstva!

S Kristom sam razapet. Živim, ali ne više ja, nego živi u meni Krist. (Gal 2,19-20)

Bog, bogat milosrđem, zbog velike ljubavi kojom nas uzljubi, nas koji bijasmo mrtvi zbog prijestupâ, oživi

zajedno s Kristom, te nas zajedno s njim uskrisi i posadi na nebesima u Kristu Isusu. (Ef 2,5-6)

Kao onaj koji je raspet i uskrsnuo s Isusom Kristom i sada sjedi s njim na nebeskom prijestolju, odbacujem sva Sotonina prava po kojima bi mogao tražiti vlasništvo nad mojim životom. Izjavljujem da potpuno i neopozivo pripadam Gospodinu Isusu Kristu. Amen.

Oče Sveti, molim te da zapovjediš svakom zloduhu, neprijatelju Gospodina Isusa Krista, ako se nalazi u meni ili u mojoj blizini, da me odmah napusti i ode tamo kamo Gospodin Isus Krist naređuje takvim zlim duhovima da odu.

Po zaslugama tvoga Sina, Isusa Krista i po zagovoru Blažene Djevice Marije i svih Svetih: ispuni me svojim Svetim Duhom! Oče dobri, predajem ti svoju dušu i tijelo, kao oruđe pravde za žrtvu živu i svetu, da te mogu proslaviti cijelim svojim životom. Neka moje tijelo bude dostojni hram Duha Svetoga!

To te molim u Ime Gospodina Isusa Krista, po zagovoru Blažene Djevice Marije, Sv. Mihaela Arkanđela, Sv. Josipa, Sv. Ivana Krstitelja, Sv. apostola Petra i Pavla, Sv. Bazilija, Sv. Benedikta, Sv. Brune, Sv. Franje Asiškoga, Sv. Ignacija Lojolskog, Sv. Patra Pija, Sv. Ivana Pavla II., mog Anđela čuvara, mog nebeskog Zaštitnika... i Svih Svetih i Anđela nebeskih. Po Kristu Gospodinu našem. Amen.

BITI PONIZAN PRED BOGOM

Dragi Bože, rekao si da je oholost uzrok sloma, a uznositost uzrok pada (Izr 16,18). Priznajem da se nisam dovoljno odrekao samoga sebe, uzimao svoj svakodnevni križ i slijedio tvoga Sina (Mt 16,24). Živeći sebično, dao sam neprijatelju prostora u svome životu. Oprosti mi što sam vjerovao da je dovoljno osloniti se samo na vlastite snage i sredstva, i što u molitvi nisam propitivao što je tvoja volja. Priznajem da sam griješio, učinivši sebe umjesto Tebe središtem svoga života. Odričem se sebičnosti i egoizma, i time neka je poništeno sve što su u meni osvojili neprijatelji Gospodina Isusa Krista.

Oče, molim te da me vodiš tako, da od sada ne činim ništa iz sebičnih ciljeva ili umišljenosti. Želim živjeti ponizno i druge smatrati uzvišenijima od sebe (Fil 2,3). Pomozi mi služiti drugima, poštivati ih i gledati u njima tvoju sliku (Post 1,26).

To te molim po zagovoru Blažene Djevice Marije, Sv. Mihaela Arkanđela, Sv. Josipa, Sv. Ivana Krstitelja, Sv. apostola Petra i Pavla, Sv. Bazilija, Sv. Benedikta, Sv. Brune, Sv. Franje Asiškog, Sv. Ignacija Lojolskog, Sv. Patra Pija, Sv. Ivana Pavla II., mog Anđela čuvara, mog nebeskog Zaštitnika... i Svih Svetih i Anđela nebeskih. Po Kristu Gospodinu našem. Amen.

ODRICANJE OD ĐAVOLSKIH DJELA

Oče nebeski, hvala ti za Kristovu slavnu pobjedu, koju je izvojevao svojim Križem i Uskrsnućem za naše spasenje. Razoružao je zle Moći i Vlasti, i svojim ih Križem pobijedio (Kol 2,5). Stoga je Njegova pobjeda nad zlim duhovima i moja pobjeda.

U ime Gospodina Isusa † Krista, odričem se svih đavolskih djela u svome životu, koja su nastala mojim pogreškama ili pogreškama drugih. Raskidam sve veze, područja i prava koja bi Sotona mogao imati u mome životu, ako ih je stekao po mojim grijesima ili po zlim djelima drugih ljudi.

Sada obnavljam svoja krsna obećanja:

Odričem se Sotone i svih djela njegovih,
i svega sjaja njegova, i svih obećanja njegovih.

Vjerujem u Boga, Oca svemogućega,
Stvoritelja neba i zemlje.
I u Isusa Krista, Sina njegova jedinoga,
Gospodina našega, koji je začet po Duhu Svetom,
rođen od Marije Djevice, mučen pod Poncijem Pilatom,
raspet umro i pokopan, sašao nad pakao,
treći dan uskrsnuo od mrtvih, uzašao na nebesa,
sjedi o desnu Boga Oca svemogućega;
odonud će doći suditi žive i mrtve.
Vjerujem u Duha Svetoga, svetu Crkvu katoličku,
općinstvo svetih, oproštenje grijeha,
uskrsnuće tijela i život vječni. Amen.

To je vjera naša! To je vjera Crkve!
Njome se dičimo! Nju ispovijedamo!
U Kristu Isusu, Gospodinu našemu. Amen.

U Ime Isusa † Krista, molim te Oče nebeski,
da zapovjediš Sotoni i svim njegovim slugama,
da odu iz moga života i više se ne vraćaju.

Predajem svoj život Gospodinu Isusu Kristu.
Samo njemu potpuno i neopozivo pripadam.

***Dušo Kristova**, posveti me.*
Tijelo Kristovo, spasi me.
Krvi Kristova, napoji me.
Vodo iz prsiju Kristovih, operi me.
Muko Kristova, okrijepi me.
O dobri Isuse, usliši me.
Među rane svoje sakrij me.
Ne daj da se odijelim od Tebe.
Od neprijatelja zlobnoga brani me.
Na času smrti moje zovni me,
i zapovjedi mi da dođem k Tebi,
da Te sa svetima Tvojim hvalim
u vijeke vjekova. Amen.

2. MOLITVE ZA OSOBNO OSLOBOĐENJE

Zahvaljivanje, slavljenje i klanjanje

Oče nebeski, zahvaljujem ti, slavim te i klanjam ti se.
Hvala ti što si poslao svoga Sina, Isusa Krista
da mi podari život, oproštenje i mjesto u tvojoj obitelji.
Hvala ti što si poslao Duha Svetoga da me vodi
i daje mi snagu u svakodnevnom životu.
Oče dobri, otvori moje duhovne oči
da mogu vidjeti tvoju slavu i uzvišenost,
i tvoju pobjedu izvojevanu za naše dobro.

ZAŠTITA ISUSOVOM KRVLJU

Zazivam na sebe zaštitu Krvi Kristove,
svih svetaca i anđela nebeskih.
Dolazim pod Križ Gospodina Isusa † Krista:
neka me prekrije njegova predragocjena Krv,
obasja i zaodjene svjetlost njegova Križa.

OBLAČENJE BOŽJE OPREME

Oblačim svu opremu Božju
da se mogu oduprijeti lukavstvima đavlovim.
Opasujem bedra istinom. Oblačim oklop pravednosti.
Potpasujem noge obućom Kristova mira.
Uzimam štit vjere da bih ugasio ognjene strijele Zloga.
Uzimam kacigu spasenja i mač Duha,
to jest Riječ Božju. (Ef 6,10-17)

VRAĆANJE PODRUČJA KOJE JE SOTONA PRISVOJIO

Po zagovoru Blažene Djevice Marije, Majke Božje,
Sv. Mihaela Arkanđela, Sv. Josipa, Sv. apostola Petra
i Pavla, Sv. Antuna Pustinjaka, Sv. Bazilija,
Sv. Benedikta, Sv. Ignacija Lojolskog, Sv. Patra Pija,
mog Anđela čuvara, mog nebeskog Zaštitnika...
i Svih Svetih i Anđela nebeskih,
u presveto Ime Isusa Krista,
poništavam sve † što su zli duhovi osvojili
zbog moga grješnog života ili neznanja;
i vraćam sve pod Vlast i Gospodstvo Isusa Krista.

Odričem se: svakog praznovjerja, mržnje,
nepraštanja, navezanosti, grijehâ, i svega onoga
za što bi se Sotona mogao držati u mome životu.

Oče nebeski, ponizno te molim da oprostiš meni
i članovima moje obitelji, rodbini, prijateljima
i predcima, ako su prizivali zle moći u svoje živote.
Ako je bilo što predano Sotoni, sada vraćam
pod Vlast i Gospodstvo Isusa Krista.

Dođi, Duše Sveti,
ispuni me svojim Božanskim životom i milošću.
To molim po zagovoru Blažene Djevice Marije,
tvoje prečiste Zaručnice. Amen.

VEZANJE DUHOVA

U Ime Gospodina Isusa Krista,
po zagovoru Blažene Djevice Marije,
Sv. Mihaela Arkanđela, Sv. Josipa,
Sv. apostola Petra i Pavla, Sv. Bazilija,
Sv. Benedikta, Sv. Ignacija Lojolskog,
Sv. Ivana Pavla II., mog Anđela čuvara,
mog nebeskog Zaštitnika...
i Svih Svetih i Anđela nebeskih,
molim te Oče nebeski † da svežeš sve zle duhove zraka,
vode, vatre, zemlje, podzemlja i onoga svijeta.
Sveži sve izaslanike sotonskoga stožera
i poništi sve njihove aktivnosti.
Predragocjena Kristova Krv neka blagoslovi mene,
moj rod, zemlju, podzemlje i onaj svijet.

Oče nebeski, molim te u Ime Isusovo,
spriječi sve neprijatelje da međusobno surađuju
te tako više ne pomažu jedni drugima.
Naredi im da nestanu iz moga života
i zabrani svakom duhu da me napada ili se osvećuje,
meni ili bilo kojem članu moje obitelji.
Neka je nad svima nama zaštita Krvi Kristove,
svih svetaca i anđela nebeskih. Amen.

U Ime Gospodina Isusa Krista, Oče nebeski,
opečati mene † i sve koji mole za mene,
Krvlju Isusa Krista. (3x)

PREKIDANJE PROKLETSTAVA

Po zagovoru Blažene Djevice Marije,
Svih Svetih i Anđela nebeskih,
u autoritetu predragocjenog i čudesnog Imena Isusova,
molim te, Oče Sveti, da raskineš i uništiš:
sva prokletstva, uroke, magijske zapise, čaranja,
kletve, zle riječi, psovke, blokade, đavolske prisege
i laži, duhovne i duševne veze sa sotonskim silama;
zle želje, mržnju, ljubomoru i zavist, neopraštanja,
požude, nastranosti, nasljedne pečate,
smućenost uma, nesporazume, neuspjehe, zlodušne
utjecaje, poremećaje i bolesti bilo kojeg izvora.

Sve što je neprijatelj oštetio, okužio ili tlačio,
nek bude isprano i otkupljeno Krvlju Kristovom. (2x)

Dođi, Duše Sveti, i donesi mi novi život
u područja koja je neprijatelj bio zarobio.

Oče nebeski, † odagnaj sve zle duhove
od mene i moje obitelji. Uništi sve njihove plodove
i planove, da možemo vršiti samo tvoju volju.

Zahvaljujem ti na svim primljenim milostima
i molim te da uslišiš ovu molitvu.
Neka je blagoslovljeno tvoje Sveto Ime.
Hvala ti za mudrost i svjetlo Duha Svetoga.
Hvala ti što mi po Duhu Svetom daješ neustrašivost
u borbi protiv zla. *U svemu tome nadmoćno
pobjeđujemo po Onome koji nas uzljubi*. (Rim 8,37)
Hvala ti za nadu koja pobjeđuje malodušnost.
Hvala ti za vječnu pobjedu.
Po Kristu Gospodinu našem. Amen.

Oče dobri, u tvoje ruke predajem svoje neprijatelje.
Milosrdno ih pogledaj, i ne uzmi im za zlo
njihove grijehe i postupke.
Svakoga tko me prokleo, sada blagoslivljam. (Lk 6,28)
Svakome tko me povrijedio, sada opraštam.
Za progonitelje, sada molim: *Oče naš...*

Pozdravljam te Blažena Djevice Marijo!
Kćeri Boga Oca, Zaručnice Duha Svetoga,
Majko Krista Spasitelja i Majko naša.
Tebi je dana moć nad đavlom,
ponizno te molim da zgaziš glavu
neprijatelju u mome životu. (3x)

Zdravo Marijo. (3x)

O moj Isuse, oprosti nam naše grijehe,
očuvaj nas od paklenoga ognja
i dovedi u raj sve duše, osobito one
kojima je najpotrebnije tvoje milosrđe.

Sveti Mihaele Arkanđele, brani nas u boju;
protiv pakosti i zasjeda đavolskih budi nam zaklon.
Neka mu zapovjedi Bog, ponizno molimo:
Ti, vojvodo vojske nebeske,
Sotonu i druge duhove zlobne,
koji svijetom obilaze na propast duša,
Božanskom jakošću u pakao otjeraj. Amen.

(Molitva pape Leona XIII)

MOLITVA OSLOBOĐENJA

Napomena: Navedite na praznim crtama svakog zloduha koji vas tlači ili vas drži svezana, imenujući ga njegovom osobinom (*npr. zavist, ljubomora, srdžba, mržnja, psovka, strah, itd.*)

Po zagovoru Blažene Djevice Marije, Bogorodice,
Sv. Mihaela Arkanđela, Sv. Josipa, Sv. Ivana Krstitelja,
Sv. apostola Petra i Pavla, Sv. Bazilija, Sv. Benedikta,
Sv. Franje Asiškog, Sv. Ignacija Lojolskog, Sv. Terezije Avilske, Sv. Patra Pija, Sv. Ivana Pavla II.,
mog Anđela čuvara, mog nebeskog Zaštitnika…
i Svih Svetih i Anđela nebeskih;
u autoritetu predragocjenog i čudesnog Imena Isusova,
Oče nebeski, † molim te da otjeraš od mene zle duhove:
(*navedite* _____, _____, _____)
i sve ostale duhove koji me uznemiruju i tlače.

Oče Nebeski, † zapovjedi svim zlodusima,
u presveto Ime Gospodina Isusa Krista,
da me odmah napuste bez ikakvih manifestacija,
i da ne naškode, ni meni, ni bilo kome drugome.

Oče svakog milosrđa, daj da pročišćujuće i ozdravljujuće vode Krštenja poteku kroz generacije i očiste sav moj rod od sotonskog utjecaja i grešnog nasljeđa.

Gospodine Isuse † Kriste, neka me ispune plodovi Duha Svetog: *ljubav, radost, mir, velikodušnost, uslužnost, dobrota, vjernost, blagost, uzdržljivost, poniznost, čistoća i krotkost*, umjesto zloduha koji me tlače.

Oče Nebeski, oslobodi me † od svih svezanosti
i utjecaja đavolskih. Oslobodi me od zabludâ i laži
i pomozi mi da budem prosvijetljen Istinom
Gospodina našega Isusa Krista.
Neka Blažena Djevica Marija, zauvijek Djevica,
Anđeli i Sveti, mole za moje oslobođenje od sila tame
i za moj dolazak u Svjetlost Kristovu.

Blažena Djevice Marijo, zauzmi se za moju dušu:
da upoznam tvoju ljubav i ljubav tvoga Sina.

Molim svete Anđele čuvare da budu uza me,
da me čuvaju i štite od nasrtaja zloduhâ
i njihovih uznemiravanja.

Sveti Mihaele Arkanđele, obrani me od zloduhâ
koji me napadaju i tlače te žele nesreću i smrt.
Ti, vođo vojske nebeske, Božjom snagom baci u pakao
Sotonu i ostale zloduhe koji napadaju na moj život.

- Od đavolskih zamki, oslobodi me † Gospodine Isuse.
- Za tvoju svetu Crkvu katoličku,
  da ti može služiti u miru i slobodi, molimo te, †
  Gospodine, usliši nas.
- Obuzdaj neprijatelje svoje svete Crkve, molimo te, †
  Gospodine, usliši nas.
- Odagnaj đavla i njegove sluge iz moga (našeg) života,
  molim te, † Gospodine, usliši nas.

(*Poškropiti blagoslovljenom vodom svaku sobu*)

ZAHVALA

Hvala ti, Oče nebeski, što si me oslobodio.
Hvalim te, blagoslivljam te i klanjam ti se.
Hvala ti za mudrost i svjetlost Duha Svetoga.
Hvala ti što si mi po Duhu Svetom omogućio
da budem neustrašiv u borbi protiv neprijatelja.
Hvala ti za nadu koja odnosi svaku malodušnost.
Hvala ti za vječnu pobjedu.
*"U svemu tome nadmoćno pobjeđujemo
po onome koji nas uzljubi".* (Rim 8,37)

ZAVRŠNA MOLITVA

Zdravo Marijo, milosti puna...

Djevice prepuna dobrote, Majko milosrđa,
povjeravam ti svoje tijelo i dušu,
misli i djela, život i smrt.
O, Kraljice moja, priteci mi u pomoć
i oslobodi me od zamki zloga.
Isprosi mi milost da ljubim
Gospodina Isusa Krista, tvoga Sina,
iskrenom i savršenom ljubavlju,
kao što si ga ti ljubila,
a po Njemu, o Majko,
daj da i tebe ljubim svim srcem svojim.
Amen.

Vječni Oče, u zajedništvu s tvojim božanskim Sinom
Isusom Kristom i Duhom Svetim, i u zajedništvu
s Bezgrješnim Srcem Marijinim, molim te
da slomiš moć zlih duhova nad mojim životom.
Baci ih u najdublji pakao i sveži ih zauvijek!
Uspostavi svoje Kraljevstvo ljubavi i u mome srcu.
Daj da nada mnom i nad mojom obitelji vlada
Presveto Srce Isusovo i Bezgrješno Srce Marijino.
Neka nad nama kraljuje tvoja Očinska ljubav.
Ovu molitvu ponavljam iz čiste ljubavi prema tebi,
svakim otkucajem svoga srca,
svakim udisajem svoga bića.
Tebi vječno pripadam! *Oče naš...*

Preuzvišena Kraljice nebesa i Gospodarice anđela,
Ti, koja si od Boga primila moć i misiju
da satreš glavu Sotoni,
smjerno te molim, pošalji nebeske čete,
da bi one pod Tvojim zapovjedništvom prognale vraga,
svugdje mu se suprotstavile, obuzdale njegovu drskost
i bacile ga u vječni ponor!
Tko je kao Bog! O dobra i nježna Majko,
Ti ćeš uvijek biti naša ljubav i naša nada.
O Božanska Majko, pošalji Anđele i Svete da nas brane
i da daleko otjeraju vraga, okrutnoga neprijatelja!
Svi Sveti, Anđeli i Arkanđeli, molite za nas,
branite nas i čuvajte nas! Amen.

(Molitva za oprost po Sv. Piju X., 8. VI. 1908.)

Sveti Mihaele Arkanđele,
veličanstveni prinče nebeske vojske,
obrani nas i pomozi nam pobijediti
u borbi koju moramo voditi
"protiv Vrhovništava, protiv Vlasti,
protiv upravljača ovoga mračnoga svijeta,
protiv zlih duhova u nebesima". (Ef 6,12)

Pred svim stvorenjima na nebu i na zemlji,
milošću moga Gospodina i Spasitelja, Isusa Krista,
potvrđujem slobodu koju mi On daruje
od tlačenja i ropstva Zloga.
"Za slobodu nas Krist oslobodi". (Gal 5,1)
Slobodan sam živjeti, ljubiti
i služiti Gospodinu zauvijek. Amen.

Neka je hvaljeno i slavljeno Presveto Trojstvo:
Otac, Sin i Duh Sveti. Amen.

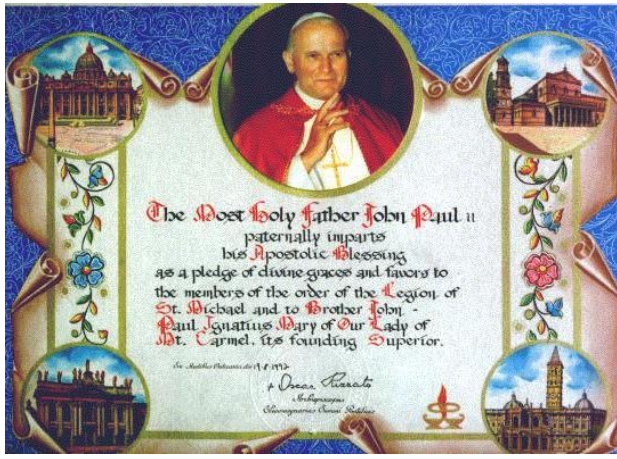
U ime Oca, Sina † i Duha Svetoga. Amen.

Datum: _____

Potpis: _____

PAPIN BLAGOSLOV

Ex Aedibus Vaticanis, 19. kolovoza 1997., Red Legije Sv. Mihaela, nekoć pod imenom Laici i Misionari Sv. Mihaela i brat John-Paul Ignatius Mary od naše Gospe od Karmela, kao utemeljitelj, primili su Apostolski blagoslov od Njegove svetosti Pape Ivana Pavla II. Blagoslov je primljen u skladu s prezbiterijskom (svećeničkom) preporukom kojom se potvrđuje da su brat Ignatius i Zajednica vjerni sluge Crkve, a koja je upućena Uredu Arhiepiskopa Oscara Rirrata, Eleemosynaruis Summi Pontificis, koji je ovlašten davati Apostolske blagoslove.



Sveti otac Ivan Pavao II očinski udjeljuje svoj Apostolski blagoslov kao zalog božanskih milosti i podrške članovima reda Legije Sv. Mihaela i bratu John-Paulu Ignatiusu Maryu od Naše Gospe od Karmela, utemeljitelju reda.

BIOGRAFIJA

Brat Ignatius Mary, bivši baptistički propovjednik, evangelik, primljen je u puno zajedništvo Katoličke Crkve na misi uskrsnog bdijenja 1993. godine. Slušajući predavanja dr. Scotta Hahna o vjeri i proučavajući intenzivno Bibliju, odlučio je postati katolik. Te iste godine dr. Scott i gospođa Kimberly Hahn, pozvali su ga da se priključi novoj organizaciji *Coming Home Network* (katolički apostolat za obraćenje iz protestantizma na katoličanstvo) koja se u to vrijeme formirala. Budući da baštini veliko životno vjerničko iskustvo, aktivan je kao apologet, teolog, katehet i duhovni vođa. Stručnjak je za problematiku vezanu uz okultizam i savjetnik u službi oslobađanja.

Uz dopuštenje crkvenih vlasti, zajedno s osam suradnika, osniva udrugu pod nazivom *Red legije Sv. Mihaela - Order of the Legion of St. Michael* (OLSM) koja je danas aktivna pod nazivom ***Oblati i misionari Sv. Mihaela*** - *Oblates and Missioners of St. Michael* (OMSM), čiji je poglavar. Započinje i osobnu formaciju za život u redovničkom bratstvu kao pustinjak. Doživotne redovničke zavjete položio je 1998. godine.

Studirao je psihologiju, filozofiju, književnost i stilistiku. Diplomirao je na Blackstone Institutu, a licenci-

jat iz teologije stekao je na *Schola Sancti Antonii Domusque Studiorum Bibliorum* u Montani. Općenito govoreći, brat Ignatius Mary, iskusan i vješt u raznim znanstvenim disciplinama, vjeran svojoj karizmi i katolicitetu, kvalificiran je za mnoge apostolate unutar OMSM-a. Član je nekoliko vjerskih, savjetodavnih, umjetničkih i internetskih stručnih organizacija. Pored ostalih, nabrajamo neke: *Katoličko društvo propovjednika; Institut o posvećenom životu; Katolička liga za vjerska i građanska prava; Adoremus: Društvo za obnovu svete liturgije; Bratovština smeđeg škapulara* i *Bratovština Marije, Kraljice srdaca* - oci monfortanci. Također je aktivni član Udruga za stručno savjetovanje, koliko mu to njegov stil posvećenog života omogućava. Od profesionalnih web-design udruga, član je *Bratovštine HTML pisaca, Međunarodne udruge webmastera* i *Udruge web designera Radosna vijest.*

Zanimljiva je crtica iz njegova života da je on po profesiji aktivni pjesnik i pisac te urednik i izdavač. Na ovom području član je *Akademije američkih pjesnika* i *Udruge pisaca i izdavača*, a nalazi se i na popisu pisaca, urednika i izdavača izdavačke kuće Sv. Mihael, u *Međunarodnom adresaru izdavačke kuće malih izdavača i malih časopisa* te u *Adresaru internetskih pisaca.*

Krajem 1970. bio je među pet glavnih aktivista koji su se borili protiv pošasti pornografije, zajedno s o. Mortonom Hillom, SJ., članom predsjedništva *Komisije*

za suzbijanje pornografije i nečednosti te osnivač udruge *Moral u medijima*. Brat Ignatius i dalje je aktivan u borbi protiv pornografije. Trenutno vodi internetsku stranicu *Katoličko podupirajuće društvo za odvikavanje od seksualne ovisnosti* (http://www.saint-mike.org/csgsar/). To je prva katolička internetska udruga koja pomaže ovisnicima na seksualnom području, jednim od najvećih problema u duhovnoj borbi. Brat Ignatius Mary danas živi u samostanu pustinjaka Sv. Mihaela u Iowi.

Predaja ključeva, Pietro Perugino (1446.-1524.)

»Ti si Petar-Stijena
i na toj stijeni sagradit ću Crkvu svoju
i vrata paklena neće je nadvladati.

Tebi ću dati ključeve kraljevstva nebeskoga,
pa što god svežeš na zemlji, bit će svezano na nebesima;
a što god odriješiš na zemlji,
bit će odriješeno na nebesima.«

(Mt 16,18-19)

SADRŽAJ

Predgovor 3

Kako možemo pomoći sami sebi kao kršćani 5

Koraci oslobođenja:

1. Obraćenje 18
2. Kajanje 21
3. Ispovijed 24
4. Otklanjanje najvećih zapreka 28
5. Spoznati tko smo u Kristu 52
6. Slaviti Boga, moliti i postiti 60
7. Živjeti po vjeri i ostati vjeran 66

Molitveni proces za osobno oslobođenje 72

Papin blagoslov 88

Biografija 89

Pomozite sami sebi
pa će vam i Bog pomoći

Knjižnica „Naša Obitelj“

Izdaje:
Župa sv. Andrije apostola
Trg kralja Tomislava 2
35214 Donji Andrijevci
tel. 035/471-141, mob.: 098-611-831
e-mail: nikica.mihaljevic@sb.t-com.hr
www.molitvenici.com
www.molitvenici.net

Odgovara: vlč. Nikica Mihaljević
Suizdavač: župa Pohođenja BDM, Baške Oštarije
www.zupa-baske-ostarije.com

Prijevod: Zlata Penić Ivanko, prof
Lektor: s. Robertina Medven, prof
Uredio i grafički obradio: preč. Marinko Miličević
Tisak: NipOS, Osijek

ISBN: 978-953-7436-50-6
CIP zapis dostupan u računalnom katalogu Gradske i sveučilišne knjižnice Osijek pod brojem 140211065

Naslov izvornika: Seven Steps to Self-Deliverance
www.saintpiocenter.org/selfhelp/sevensteps.asp

Copyright © 2015. Donji Andrijevci